

УТВЕРЖАЮ  
Директор ГАУ ДО РО «СШОР  
«Родной край – Спорт»  
\_\_\_\_\_ А.А. Черносвитов  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### О проведении Первенства ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт» «Веселые старты» среди мальчиков и девочек 2016 г.р.

#### 1. Цели и задачи соревнования:

- формирование личносно–важных качеств: силы воли, настойчивости, стремления к победе;
- расширение функциональных и двигательных навыков;
- популяризации здорового образа жизни.

#### 2. Место и время проведения

Соревнования проводятся: 17 апреля 2024 г.

Начало соревнования: 17-00

Место проведения: ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт»

#### 3. Руководство и проведение соревнования

Непосредственное проведение соревнования возлагается на главную судейскую коллегию ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт»:

Главный судья: Савельев С.А.

Главный секретарь: Ермакова Ю.С.

#### 4. Участники соревнования

Участвуют мальчики и девочки 2016 г.р., в составе команды (**10 человек**) от каждого тренера:

Тренер-преподаватель Волков Е.А. – 2 команды

Тренер-преподаватель Волков М.А. – 2 команды

Тренер-преподаватель Лобанова Т.В. – 1 команда

Тренер-преподаватель Меднов Е.С. – 2 команды

Тренер-преподаватель Яковенко Д.В. – 1 команда

Соревнования проводятся по олимпийской системе с утешением от финалистов.

Разыгрывается два третьих места.

(этапы эстафет в Приложении 1).

Заявки на участие подаются до **12.04.2024** г. по электронной почте:  
[zayavki@rksport.ru](mailto:zayavki@rksport.ru).

## Эстафеты:

**Четвертьфинал:****1. Прыжки через барьеры**

Спортсмены пробегают эстафету, перепрыгивая через барьеры (3 барьера). В конце обежать столбик, бегом вернуться к команде и коснуться следующего участника, передавая эстафету.

**2. Тараканчики**

Передвижение в упоре присев сзади, лицом вперед до столбика. Далее встать, обежать столбик и бегом вернуться обратно. Коснуться следующего игрока, передав эстафету.

**Полуфинал:****3. Бег с препятствиями**

Участникам необходимо пробежать эстафету, пролезая под препятствиями (2 барьера), в конце обежать столбик и вернуться к команде, коснуться следующего игрока, передав эстафету.

**4. Мяч в корзину**

На команду выдается 1 теннисный мяч. Первый участник из команды добегают до корзины, кладет в нее мяч, возвращается к команде. Касается следующего игрока, передавая эстафету. Второй игрок добегают до корзины, забирает мяч и возвращается обратно, передает эстафету. Так по очереди до конца.

**Финал:****5. Змейка**

На поле расположены фишки. Задача участников по одному, обегая «змейкой» препятствия, добраться до столбика, обежать его, вернуться на старт, коснуться следующего участника, передавая эстафету.

**6. Бег с фитболом**

Участники разбиваются по парам. Необходимо добежать с фитболом попарно до столбика, обежать его и вернуться к команде. Фитбол можно придерживать руками снизу.

**Утешение:****7. Змейка**

На поле расположены фишки. Задача участников по одному, обегая «змейкой» препятствия, добраться до столбика, обежать его, вернуться на старт, коснуться следующего участника, передавая эстафету.

**8. Кувырки**

Участник делает 1 кувырок в начале эстафеты, добегают до столбика, обегает его и возвращается на старт. Касается следующего игрока, передавая эстафету.

**В следующий этап проходит команда победившая в двух эстафетах. При равенстве побед проводится дополнительная эстафета «Бег на время».**

**Нарушения:**

1. Не обежали столбик
2. Фальстарт (не передали эстафету)
3. Неверная техника выполнения этапа

За каждое нарушение штраф 3 секунды.