**Приложение**

***Соревнования «Весёлые старты» среди уч-ся 5 и 6-х классов***

 Соревнования проводятся на базе **МБОУ СОШ №31.**

**16 декабря 2016 года** **– 6- е классы;**

**20 декабря 2016 года – 5 – е классы**.

 Начало соревнований **с 12.00** часов ( согласно сетки расписания ).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ группы** | **Время** | **№ школы** |
| I группа: | 12.00 | 3, 21, 22, 31  |
| II группа: | 12.30 | 19, 20, 23, 24 |
| III группа: | 13.00 | 6, 16, 29, Шк.-интернат |
| IV группа: | 13.30 | 5, 9, 15, 25 |
| V группа: | 14.00 | 13, 14, 17, 26 |
| VI группа: | 14.30 | 4, 8, 11, 12 |
| VII группа: | 15.00 | 7, 18, 27,30 |
| VIII группа: | 15.30 | 1, 2, 10, 28 |

 ***Программа***

***соревнований «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ» среди команд 5 и 6 классов***

***общеобразовательных учреждений г.о. Химки***

( cостав команды **12 человек** - 6 мальчиков + 6 девочек ).

1. **«Факел»**

 **Инвентарь: конусы**, **флорбольные мячи. Используются конусы с отверстиями высотой 30 см.**

 Участники становятся в колонну по одному. У первого участника в руках находится «факел»: перевернутый конус, в котором лежит мяч для флорбола. По сигналу судьи первый участник бежит до конуса, оббегает его, возвращается обратно, передаёт «факел» следующему участнику и встаёт в конец колонны. Как только «факел» оказывается снова у первого участника - эстафета закончена.

 **Штрафы:**

* заступ за линию старта;
* накрывание «факела» рукой;
* мячик выскочил из конуса;
* участник, потерявший мяч во время бега, продолжил бег не с места потери мяча;
* касание конуса;
* сбитый конус;
* участник не оббежал конуса.

 *Методические рекомендации.*

 Расстояние от линии старта до конуса 12 метров. Если участник пробежал перед конусом, судья возвращает участника на повторное выполнение задания.

1. **«Ведение баскетбольного мяча «змейкой».**

 **Инвентарь: баскетбольные мячи № 5, конусы.**

 Участники становятся в колонну по одному. По сигналу судьи, от линии старта, каждый игрок команды выполняет ведение баскетбольного мяча одной рукой «змейкой» между четырёх конусов. Обратно к команде игрок возвращается сведением мяча одной рукой также «змейкой». Передача мяча происходит с отскоком от пола, от первого конуса, который расположен в трёх метрах от линии старта. Конусы располагаются друг от друга на расстоянии трёх метров.

 **Штрафы:**

* заступ участника за линию старта;
* участник, потерявший мяч во время ведения, начал повторное ведение не с места потери мяча;
* касание конуса;
* сбитый конус;
* двойное ведение;
* выполнение передачи раньше установленной отметки;
* необбегание конуса;
* пронос мяча;
* пробежка.

 *Методические рекомендации.*

Расстояние от линии старта до первого конуса 3 метра. Расстояние от линии старта до последнего конуса 12 метров. Ведение мяча одной рукой.

**3. «Ловкий футболист».**

**Инвентарь: конусы, мячи для мини-футбола № 3 .**

 Участники становятся в колонну по одному. Впереди мальчики, затем девочки. От линии старта мальчики выполняют ведение футбольного мяча ногой «змейкой» между четырёх конусов, а обратно игрок возвращается с ведением мяча по прямой, выполнив не менее четырёх касаний мяча. Девочки, от линии старта выполняют ведение футбольного мяча ногой «змейкой» между четырёх конусов, обводят его, за конусом берут мяч в руки и возвращаются обратно бегом по прямой.

 **Штрафы:**

* заступ участника за линию старта;
* участник, потерявший мяч во время ведения, начал повторное ведение не с места потери мяча;
* касание конуса;
* сбитый конус;
* выполнение передачи раньше установленной отметки;
* необбегание конуса;
* касания мяча руками при передаче (мальчики).

 *Методические рекомендации.*

 Расстояние от линии старта до последнего конуса 12 метров. Расстояние между конусами3 метра**.** Расстояние от линии старта до первого конуса 3 метра (зона передачи). Для мальчиков – в зоне передачи осуществляется передача мяча ногой, прием мяча следующим участником осуществляется также ногой, без помощи рук. Остановка мяча мальчиками осуществляется на стартовой линии. Девочка, принимающая мяч после мальчика, может остановить мяч либо руками, либо ногой. В случае потери мяча и выкате его за пределы коридора эстафет своей команды игрок может взять мяч руками и вернуться в коридор для выполнения задания.

**4. «Разгрузка арбузов».**

 **Инвентарь: волейбольные мячи – 8 шт. ( на команду), обручи.**

 Участники команды встают в 2 шеренги друг напротив друга. Расстояние между участниками в одной шеренге 3 метра. Расстояние между шеренгами 3 метра. Перед первым участником в обруче № 1 лежат 8 мячей. По сигналу судьи первый участник берёт мячи поочередно из обруча и перебрасывает другому участнику и т.д. Задача: как можно быстрее перебросить мячи с одной стороны шеренги на другую, при этом мячи нужно сложить в обруч № 2 около последнего участника с наименьшими потерями мячей во время бросков. Если во время броска участник потерял мяч, то он его должен поднять и продолжить со своего места эстафету. Секундомер останавливается, когда все 8 мячей будут находиться в обруче №2 (в момент касания пола восьмым мячом в обруче).

 **Штрафы:**

* потеря мяча во время броска;
* мяч выкатился из обруча;
* мяч не прошёл всех участников;
* подбор мяча не тем игроком;
* заступ крайних игроков в обруч.

 *Методические рекомендации.*

 Мяч, потерянный во время передачи, подбирает сам потерявший. В эстафете используются волейбольные мячи.

 **За каждое нарушение правил участникам начисляется штраф - 1секунда**. **Если участники команд при выполнении упражнения помешали выполнению заданий другой команде, то им добавляется штраф 3 секунды. Команда, которой помешали, имеет право на повторное выполнение задания по желанию. К фактическому времени, показанному командой, прибавляется суммарное штрафное время. Победитель определяется по наименьшей сумме мест. При равенстве очков предпочтение отдается команде, имеющей в своём активе больше первых мест, вторых и т.д. Если все позиции совпадают, тогда приоритет за результатом, показанным в комбинированной эстафете.**

**Судейская коллегия собирается к 11.30 ч. для проведения инструктажа проведения соревнований. В случае невозможности явки на судейство необходимо заблаговременно оповестить  ответственных за соревнования ( гл. судья, гл. секретарь), и предоставить замену от учебного заведения.**