


 Утверждаю
 Директор МАОУ ДО
 «Беломорская СШ им. А.В.Филиппова»
 Н.А. Иванова
 «31» _____ 2026г

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении спортивного праздника
среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений
«Веселые старты»

1. Цели и задачи:

Спортивный праздник «Веселые старты» (далее «Веселые старты») проводится среди воспитанников дошкольных образовательных организаций и входит в комплексный зачет Спартакиады дошкольных образовательных организаций.

«Веселые старты» проводятся с целью укрепления здоровья воспитанников дошкольных образовательных организаций, формирования основ здорового образа жизни.

2. Сроки и место проведения:

Веселые старты проводятся **10 апреля 2026 г.** в спортивном зале районного дома культуры. **Начало в 10-00 часов.**

3. Руководство:

Руководство спортивным праздником «Веселые старты» осуществляет Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования Беломорского муниципального округа «Беломорская спортивная школа имени А.В.Филиппова». Подведение итогов спортивного праздника «Веселые старты» возлагается на Жюри.

4. Программа «Веселых стартов».

Участники.

В Веселых стартах принимают участие мальчики, девочки 5-7 лет, воспитанники дошкольных образовательных учреждений.

Состав команды 4 девочки, 4 мальчика

№ п/п	Вид программы	мальчики	девочки
ЭСТАФЕТЫ			
1.1	«Бег с эстафетной палочкой».	4	4
1.2	« Гонка мячей над головами и под ногами»	4	4
1.3	«Бег в обруче»	4	4
1.4	«Прыжки в длину»	4	4
1.5	«Челночный бег»	4	4
1.6	«Эстафета с обручами»	4	4
1.7	«Собери башню»	4	4
1.8	«Передал – садись»	4	4
2.	«Большая комбинированная эстафета»	2	2

Описание эстафет

1.1 эстафета «Бег с эстафетной палочкой».

Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит с ней, оббегает контрольную фишку и, возвращаясь назад, передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

1.2 эстафета «Гонка мячей над головами и под ногами»

Участники команды строятся в колонну по одному. Расстояние между игроками 1 м. Первым номерам раздаются мячи. По сигналу первый игрок передает мяч через голову назад. Игрок, получивший мяч, передает его дальше, но между ногами, третий - опять через голову, четвертый - между ногами и т. д. Последний игрок бежит с мячом в начало колонны и подает его через голову назад. Так каждый из игроков передает мяч один раз через голову, а один раз между ногами. Игрок, стоящий в колонне первым, всегда передает мяч через голову. Побеждает команда, первый игрок которой раньше вернется на свое место.

1.3 эстафета «Бег в обруче»

Участники команды выстраиваются парами. У первой пары в руках гимнастический обруч. По сигналу, участники, стоя лицом друг к другу внутри обруча и держа его двумя руками, начинают передвигаться приставным шагом вперед. Достигнув контрольной фишки, они оббегают ее и, не разворачиваясь, возвращаются аналогичным способом, вручая обруч следующей паре, а сами встают в конец колонны. Эстафета заканчивается, когда упражнение выполнили все игроки и обруч снова оказался в руках у первой пары. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

1.4 эстафета «Прыжки в длину»

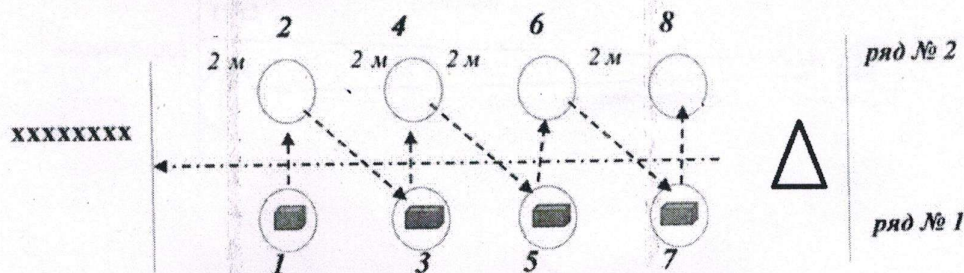
Первый участник прыгает с места в длину. Не двигается с места, пока не проведут черту, которая зафиксирует место приземления. Линия проводится по пяткам обуви. Следующий участник ставит ноги перед линией, не заступая ее. И тоже совершает прыжок в длину. Так прыгают все участники. Побеждает команда, показавшая лучший результат.

1.5 эстафета «Челночный бег»

Участники стоят перед линией старта в колонне по одному. По сигналу судьи первый участник начинает движение:

1. Бежит к обручу №1, берет кубик и перекладывает его в обруч №2.
2. Бежит к обручу №3, берет кубик и перекладывает его в обруч №4.
3. Бежит к обручу №5, берет кубик и перекладывает его в обруч №6.
4. Бежит к обручу №7, берет кубик и перекладывает его в обруч №8, оббегает конус, возвращается к команде по прямой между обручей (расстояние между рядами обручей 2 метра), пересекает финишную линию, передает эстафету следующему участнику и встает в конец колонны.

Рисунок 1



Второй участник:

1. Бежит к обручу №2, берет кубик и перекладывает его в обруч №1.
2. Бежит к обручу №4, берет кубик и перекладывает его в обруч №3.
3. Бежит к обручу №6, берет кубик и перекладывает его в обруч №5.

4. Бежит к обручу №8, берет кубик и перекладывает его в обруч №7, оббегает конус, возвращается к команде по прямой, пересекает финишную линию, передает эстафету следующему участнику и встает в конец колонны.

Далее движение начинает 3-й участник команды и т.д.

Секундомер выключается, когда последний участник выполнит задание и пересечет финишную линию.

1.6 «Эстафета с обручами»

Эстафета проводится на месте. Перед первым участником каждой команды лежат обручи (8 шт.) По команде «Марш», он берет первый обруч, «продевает его через себя сверху вниз», перешагивает и отдает обруч второму участнику, как только он передаст первый обруч, берет второй обруч и делает то же самое и так выполняет со всеми обручами, второй участник выполняет то же самое и передает третьему участнику и т.д. Последний участник, выполнив упражнение, складывает обручи около себя. Выигрывает та команда, которая быстрее всех сложит все 8 обручей.

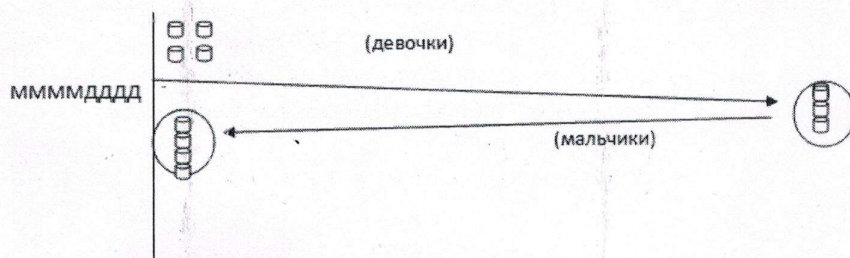
1.7 эстафета «Собери башню»

Участники команды строятся в колонну по одному. Первыми становятся девочки, за ними мальчики. Перед линией старта, у каждой команды лежат четыре цилиндрических фигуры и обруч. По команде «Марш» первый участник берет фигуру и бежит на противоположную сторону, где лежит обруч, ставит фигуру в обруч и бегом возвращается обратно, передав эстафету второму участнику. Второй участник берет вторую фигуру, бежит и ставит ее на первую фигуру в обруче, таким образом, выстраивая «башню». Третий и четвертый участники выполняют аналогичное задание. Пятый участник команды бежит к выстроенной башне и берет сверху первую фигуру, бежит с ней к старту и ставит ее в обруч. Передает эстафету шестому участнику, который берет вторую фигуру и возвращается с ней на старт, где ставит ее на первую фигуру в обруче, таким образом, выстраивая «башню» уже на старте. Седьмой и восьмой участники выполняют аналогичное задание.

Эстафета заканчивается, когда упражнение выполнили все игроки и на линии старта в обруче собрана «башня». Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

Примечание: В случае если участник уронил «башню», он должен поднять упавшие фигуры.

Рисунок 1



1.8 эстафета «Передал - садись»

Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 - 6 м становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам.

Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание

2.«Большая комбинированная эстафета»

Команды стартуют по одной, засекается время преодоления дистанции участниками команды (два мальчика, две девочки).

Этапы:

- Старт
- Бег по гимнастической скамейке.
- «Подтягивания» лежа на скамейке
- Бег через координационную лестницу
- Бросок набивного мяча в цель
- «Хоккей» (ведение клюшкой шайбы с обводкой трех конусов)
- Перешагивание через барьеры.
- Прыжки на большом мяче.
- Финиш, передача эстафеты следующему участнику команды

5.Порядок проведения соревнований:

За 1-е место в каждом виде эстафеты команда получает 1 балл, за 2-е место-2 балла, за 3-е место-3 балла. Победителем «Веселых стартов» становится команда, набравшая в сумме по всем видам, наименьшее количество баллов.

6.Награждение:

Участники команд – победителей и призеров награждаются грамотами, памятным медалями и сладкими призами.

Справки по телефону: 5-42-20

Для участия каждая команда готовит приветствие, включающее название команды, под каким девизом выступает, а также должна иметь свой инвентарь: Большой фитнес мяч (для выполнения Большая комбинированная эстафета), обручи – 8 шт.