*Приложение № 1*

**Состав оргкомитета III межрайонных соревнований**

**«ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»**

**среди обучающихся специальных (коррекционных)**

**образовательных учреждений VIII вида**

1. Хадасова А.А. – заместитель директора школы по учебной работе;
2. Прохорова И.Е. – руководитель методического объединения учителей начальных классов;
3. Сорочкин В.В. – учитель физкультуры;
4. Давтян М.В. – учитель русского языка и литературы;
5. Вострякова О.А. – воспитатель;
6. Гроздова С.А. – библиотекарь.

*Приложение № 2*

**Состав судей**

**III межрайонных соревнований «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»**

**среди обучающихся специальных (коррекционных)**

**образовательных учреждений VIII вида**

**Главный судья** – А.А. Хадасова – заместитель директора по учебной работе **МКС(К)ОУ «Большемурашкинская школа - интернат VIII вида»;**

**Заместитель главного судьи** - А.Ю. Школьнова – директор МКУ «ИМЦ»;

**Судьи:**

* Шмелев М.В. - тренер ФОК «Молодежный»;
* Ребяткина С.И. – руководитель методического объединения учителей старших классов;
* Прохорова И.Е. – руководитель методического объединения учителей начальных классов;
* Борисов С.А. – учитель технологии.

*Приложение № 3*

**Положение**

**о проведении III межрайонных соревнований «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»**

**среди обучающихся специальных (коррекционных)**

**образовательных учреждений VIII вида**

**1. Общие положения**

Организатором соревнований является МКС (К)ОУ «Большемурашкинская школа - интернат VIII вида».

Проведение соревнований осуществляется заместителем директора по учебной работеМКС(К)ОУ «Большемурашкинская школа-интернат VIII вида» Хадасовой Анжеликой Антониновной, она же является главным судьёй соревнований.

Соучредителями и спонсорами конкурса могут являться любые учреждения, организации и частные лица, поддерживающие его цели и задачи, принимающие участие в финансировании, организации и проведении конкурса.

**2. Цель:**

* привлечение детей с ограниченными возможностями здоровья к систематическим физкультурно-оздоровительным и спортивным занятиям, как основному средству укрепления здоровья, социальной адаптации.

**Задачи:**

* повышение социальной активности и укрепления здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья;
* формирование здорового образа жизни;
* приобщение обучающихся к занятиям физической культурой;
* развитие двигательных навыков посредством эстафет;
* воспитание чувства коллективизма и взаимовыручки;
* укрепление дружеских связей между коллективами специальных (коррекционных) образовательных учреждений.

**3. Место и сроки проведения:**

Дата проведения соревнований: **15 апреля 2015 г.**

### Место проведения: спортивный зал [ФОК "Молодежный" г. Княгинино](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CBwQFjAA&url=http%3A%2F%2Fvk.com%2Ffok_kng&ei=SecFVYCaJMX5ywP-uoGICg&usg=AFQjCNFPtCf-BeTLoohLcPMY1OhCpyT1XQ&sig2=5zD2MFFcLdf5IgXK30EKCg&bvm=bv.88198703,d.bGQ), улица Агрохимиков, 2 Б.

Начало соревнований в 10.00

**4. Подача заявок:**заявки на участие подаются главному судье соревнований ипринимаются от представителей ОО на электронный адрес: anzhelika.xadasowa@yandex.ru до 04 апреля 2015 г. Форма заявки прилагается (Приложение № 4).

**5. Участники соревнований:**

В соревнованиях принимают участие обучающиеся специальных (коррекционных) образовательных учрежденийVIII вида не освобождённые от уроков физкультуры, относящиеся к основной или подготовительной группе.

Состав команд: 10 человек (8 обучающихся + 2 педагога):

* 1 – 4 классы - 2 девочки + 2 мальчика;
* 5 - 7 классы - 1 девочка + 1 мальчик;
* 8 - 9 классы – 1 девочка + 1 мальчик;
* 1 женщина + 1 мужчина.

Представитель обязан представить заявку на участие, заверенную медицинским работником и директором школы.

**6. Программа соревнований:**

Программа соревнований включает в себя:

**1) Представление команд** (эмблема, название команды, приветствие, девиз, наличие спортивной формы).

**2) « Тонус»**

Команды стоят в колоннах. На площадке на одинаковом расстоянии одна от другой расставлены 3 фишки. У первых игроков в руках по 3 теннисных мяча. По сигналу участники бегут к фишкам и подкладывают поочерёдно под каждую по мячу, обегают ограничительный знак и возвращаются к команде. Следующий участник бежит и собирает мячи из-под фишек и т.д. Команда быстрее справившаяся с заданием – победитель.

3) ***Эстафета*** «***Веселое кольцо***»

По три человека из каждой команды становятся у линии старта. По сигналу один из играющих катит обруч, двое других игроков бегут рядом друг напротив друга. Один бросает мяч через обруч, а второй игрок ловит его и бросает обратно. Тройка добегает до стойки, игроки берут мяч и обруч в руки и бегом возвращаются назад. Выигрывает та тройка, которая быстрее закончит эстафету.

**4) « Мяч под ногами»**

 Команды строятся в колонны по одному стойка ноги врозь. У первых игроков в руках волейбольный мяч. По сигналу игроки начинают бег до ограничительного знака, возвращаются к команде и прокатывают мяч между ногами игроков своей команды и встаёт впереди колонны, замыкающий игрок подбирает мяч и бежит до ограничительного знака и обратно, повторяя те же действия и т.д. Выигрывает команда первой завершившая эстафету.

**5) « Попрыгунчики»**

У первых игроков в руках большие мячи с ушками. По сигналу первые участники выполняют прыжки на больших мячах до ограничительного знака и обратно, затем передают мячи следующим участникам, которые повторяют те же действия и т.д. Побеждает команда первой завершившая эстафету.

**6) «Дружная парочка»**

Команды строятся в колонны по два. Первые пары встают лицом друг к другу, зажимают между собой на уровне груди большой мяч для фитнеса и передвигаются приставным шагом до ограничительного знака и обратно, затем передают мяч следующей паре, которая повторяет то же задание и т.д. Побеждает команда быстрее справившаяся с заданием.

**7) «Эстафета со скейтом»**

Участники со скейтами находятся на линии старта. Первый участник команды садится на скейт и по сигналу ведущего, отталкиваясь от пола только руками, передвигается вперед и, объехав впереди стоящий предмет, берет скейт в руки и возвращается к своей команде, передавая эстафету следующему участнику.Побеждает команда, первой закончившая эстафету.

**8) «Своя ноша не тянет»**

У первого участника мешок в нём три мяча: баскетбольный, волейбольный, теннисный. По сигналу, бежит к обручу выкладывает из мешка мячи в обруч, обегает стойку и с пустым мешком возвращается в команду. Передаёт эстафету следующему участнику. Второй участник бежит и собирает мячи в мешок и т.д., пока вся команда не выполнит задание.

**9) «Тоннель»**

Команды выстраиваются в колонну по одному. По сигналу 1 участник проползает через тоннель, затем бежит до обруча, встает в него и продевая через себя оставляет его на месте, далее бежит до стойки, оббегает её, возвращается по прямой и передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, которая при прохождении дистанции покажет минимальное время.

10) Эстафета «Хоккеисты»

Команды строятся колонну по одному. Переднаправляющим каждой команды на линии старта положены клюшка и теннисный мяч. В нескольких метрах от линии старта обозначена контрольная линия, на которой против каждой команды поставлена фишка. Между стартовой и контрольной линиями на расстоянии одна от другой расставлено пять стоек. По сигналу направляющие игроки каждой команды берут клюшку, мяч и, обводя стойки, добегают до фишки, огибают её, после чего бегут обратно к линии старта, также с обводкой стоек. На старте они передают инвентарь очередным игрокам, а сами становятся в конец колонны. По условиям эстафеты запрещается пропускать и сбивать стойки .

**11) Чехарда**
Участники эстафеты выстраиваются друг за другом у линии старта. Команда разбивается на пары. Первый наклоняется, второй прыгает через него, затем второй наклоняется, а первый прыгает, и так до флажка и обратно. Побеждает та команда, у которой быстрее всех пропрыгают пары.

**12)Смешанная эстафета.**

На дистанции четыре мальчика и взрослый. Четыре участникавыстраивают "тоннель" с упором на руки и ноги, поднимая корпус вверх. Пятый участник на четвереньках проползает сквозь "тоннель" и тоже становится в ряд с остальными. Как только пятый остановился, первый проходит через "тоннель" и т. д. Упражнение выполняется на всей дистанции туда и обратно. После завершения эстафета передается девочкам.

На дистанцию отправляются четыре девочки и женщина. По очереди ложатся на пол параллельно друг другу, последний игрок должен пробежать через живой "барьер" и лечь на пол, сразу первый игрок со стороны команды поднимается и бежит через "барьер" вперед. Упражнение выполняется на всей длине дистанции туда и обратно.Побеждает команда быстрее справившаяся с заданием.

**13) Эстафета с досками «Спасатели»**

Четыре участника держат две доски, по которым девочка (или мальчик), как по шаткому мостику, должна пройти дистанцию. Как только девочка переступает на следующую доску, игроки ставят освободившуюся доску вперед. После ограничительного знака доски соединяют друг с другом. Девочка (или мальчик) ложится на них грудью, четыре игрока быстро бегут вместе со своей ношей к финишу.

**7. Подведение итогов**

Команда победитель определяется по наибольшей сумме набранных очков во всех видах соревнований. В случае равенства очков у двух команд, победа присуждается команде, имеющей больше первых мест, во всех эстафетах и конкурсах.

**8. Награждение**

Команды, занявшие по итогам соревнований 1-3 места, награждаются дипломами 1, 2, 3 степени.

*Приложение № 4*

**Заявка на участие**

**в III межрайонных соревнованиях «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»**

**среди обучающихся специальных (коррекционных)**

**образовательных учреждений VIII вида**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

наименование образовательного учреждения

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

название команды

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя, отчество участников соревнований | Дата рождения | Класс/ должность |
| 1. |  |  |  |
| 2. |  |  |  |
| 3. |  |  |  |
| … |  |  |  |

Ф.И.О. руководителя команды, занимаемая должность \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Контактный телефон\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись руководителя учреждения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

М.П.