УПРАВЛЕНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ АДМИНИСТРАЦИИ Г. СОЧИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7

354065,Краснодарский край, г. Сочи, ул. Чайковского, 7

тел. (8622) 54-23-81, факс: (8622) 54-51-10, e-mail: school7@edu/sochi/ru, http// www.mousoch7.ru

День здоровья: «Весёлый марафон»

название мероприятия

форма проведения: соревнования

Филатова Марина Николаевна

педагог дополнительного образования

г.Сочи 2013-2014г.

# УТВЕРЖДАЮ УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по ВР Директор МОБУ СОШ №7

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И. А. Налётова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В.Тлехас

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 года. «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 года.

**Положение**

о спортивно-туристском празднике для учащихся

1-х; 2-х; 3-х; 4-х классов МОБУ СОШ №7 г.Сочи

**«Весёлый туристический марафон»**

1. **Цели и задачи:**

Создание условий для раскрытия творческих и физических потенциалов личности ребёнка его самореализация посредством спортивного туризма и спорта.

* укрепление здоровья младших школьников;
* развитие двигательных умений и навыков, внимания;
* воспитание волевых качеств, сплоченности и дружбы.
* формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни.
* создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;
* стимулирование желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
* популяризация туризма, как активного отдыха и средства укрепления здоровья.
* формирование классного коллектива, посредством совместной деятельности.
* формирование туристских навыков, умение принятия самостоятельных решений в экстремальных ситуациях.
* выявление сильнейших команд среди обучающихся начальных классов.
1. **Руководство организацией и проведения соревнований.**

Проведение спортивно-туристского праздника для учащихся 1-х; 2-х; 3-х; 4-х классов в МОБУ СОШ №7 г. Сочи возлагается на (ГСК) преподавателей физического воспитания и ОБЖ. Непосредственная подготовка и судейство возлагается на обучающихся кружка «Туристы-проводники». Главный судья **«**Весёлого туристического марафона» ***Филатова Марина Николаевна***, секретарь ***Данько Юлия Сергеевна***.

1. **Требования к участникам и условия их допуска. Обеспечение безопасности участников.**

К участию в **«**Весёлом туристическом марафоне» допускаются обучающиеся 1-х; 2-х; 3-х; 4-х классов в МОБУ СОШ №7 г.Сочи, подавшие предварительные заявки и списки классов, заверенные печатью и подписью директора образовательного учреждения по следующим возрастным группам:

* группа «А» - 1 - 2 классы;
* группа «Б» - 3 – 4 классы;

Состав группы (команды): 10-12 обучающихся, классный руководитель.

Оформление документов проводится в соответствии с «Инструкцией по организации и проведению туристских походов и экскурсий (путешествий) с учащимися МОБУ СОШ №7.

Ответственность за жизнь и здоровье детей несёт классный руководитель группы.

Ответственность за безопасность во время проведения «Весёлого туристического марафона) несёт главная судейская коллегия.

1. **Программа спортивно-туристского праздника.**

Праздник проводится «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_201 г. для учащихся 1-х; 2-х классов; «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. для 3-х; 4-х классов на спортивном стадионе МОБУ СОШ № 7. Начало соревнований в 14.00. Сбор участников соревнований в 13.30.

1. **Условия проведения спортивных соревнований:**

К участию в соревнованиях допускаются учащиеся 1 – 4 классов, не имеющие отклонения в состоянии здоровья, допущенные к занятиям по физической культуре и спорту. Группы должны явиться в единой форме в назначенное время.

1. **Условия подведения итогов соревнований и награждение:**

Итоги подводятся по условиям проведения видов. На туристической полосе препятствий результат определяется по времени прохождения дистанции, плюс время штрафов команды, набранных на этапах. Победитель определяется по наименьшему суммарному времени.

Команды, занявшие1- 3 место в общем зачёте, награждаются грамотами и призами в каждой возрастной группе.

1. **Заявки на участие.**

Именная заявка подаётся не позднее «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 года главному судье Филатовой Марине Николаевне в письменной форме.

Телефон для справок:

89184047320 – Филатова Марина Николаевна

Данное положение является официальным вызовом для участия

в «Весёлом туристическом марафоне»

**Программа проведения соревнований:**

1. ***Переползание по гимнастической скамейке в упоре лежа.***

Учащиеся начальной школы переползают одну скамейку. Каждый участник команды начинает выполнять задание только после того, как закончит выполнять задание предыдущий участник.

1. ***Установка одноместной туристической палатки.***

Участники команды, закончившие выполнение задания первого этапа могут перебегать на второй этап и начинать раскладывать палатку.

1. ***Преодоление “Болота”***

“Болото” - обручи на земле. Обручи малого диаметра устанавливаются на близком расстоянии друг от друга, задача прыгать, то правой ногой, то левой из обруча в обруч. Каждый участник команды начинает выполнять задание только после того, как закончит выполнять задание предыдущий участник.

1. ***“Бревно”***

Переправа через бревно, установленное на земле. Каждый участник команды начинает передвигается приставными шагами, правым или левым боком за ограничение выполнять задание только после того, как закончит выполнять задание предыдущий участник.

1. ***Определение азимута на предмет.***

Определение азимута на 3 предмета (предметы заранее оговариваются, для всех команд предлагаются одни и те же предметы).

***6. Разжигание костра.***

Команда должна собрать костер, разжечь его без бумаги, использовать можно только спички. Команда не покидает своего места, пока не перегорит контрольная нить.

***7. Бег “Змейкой”***

Учащиеся бегут друг за другом одновременно все, оббегая фишки в одном направлении, затем возвращаются на финиш. Побеждает команда по наименьшему времени.

***9. Мышеловка.***

Вся команда по очереди проползает под натянутой сеткой (мышеловкой) не задев её. Штраф 1 балл за каждое касание любой частью тела.

***10. Кочки.***

Переправиться по кочкам с одного берега на другой, не наступая ногами на землю. При попадании на землю участник получает штрафной балл (10 секунд), двое и более на этапе штраф 1 балл и судья вернёт обратно к началу выполнения этапа. За невыполнение команд судьи команда снимается с этапа.

***11. «Тарзанка» (маятник).***

Участник при помощи веревки маятником (качели), должен перебраться на другую сторону условной реки.

***12. «Бревно»***

Переправа по жестко закрепленному бревну без перил. За касание пола штраф 1 балл -5 сек.

***13. «Необходимое и ненужное»***

Каждому участнику нужно сложить в рюкзак вещи, необходимые в походе, а ненужные вещи оставить на земле. За каждую ненужную вещь команда получает 1 штрафной бал.

***14. Туристические загадки.***

Каждая команда получает на листочке задание. Нужно прочитать загадку, отгадать, записать. За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

* Где бы ты ни находился,
Если только заблудился,
Он укажет тебе друг,
Путь на север и на юг*. (****Компас)***
* На привале нам помог,
Суп сварил, картошку спек,
Для похода он хорош,
Да с собою не возьмешь*.* ***(Костер)***
* Он с тобою и со мной
шел лесными стежками
Друг походный за спиной
на ремнях с застежками. ***(Рюкзак)***
* Качается стрелка туда и сюда
покажет нам север и юг без труда*.* ***(Компас)***
* Скорчится – с кошку,

 А растянется – с дорожку*.* ***(Веревка)***

* Кто ходит ночь и ходит день,

 Не зная, что такое лень? **(*Часы)***

* Что из воды родится,
А воды боится*?* ***(Соль)***
* Я горячее храню,

 Я холодное храню,

 Я и печь и холодильник

 Вам в походе заменю. ***(Термос)***

* Он в походе очень нужен,

 Он с кострами очень дружит.

 Можно в нем уху сварить,

 Чай и кофе вскипятить. ***(Котелок)***

* И от ветра и от зноя,

 От дождя тебя укроет.

 А как спать в ней сладко!

 Что это? ***(Палатка)***

* За тобою он плетется,
Хоть на месте остается. ***(След)***
* Все меня топчут,

 а я всем в пути-помощник. ***(Тропинка)***

* Моря есть, а плавать нельзя,
Дороги есть, а ехать нельзя,
Земля есть, а пахать нельзя.
Что это**? (Карта)**
* На себе он тяжесть носит,

 А – устанет – наземь бросит. ***(Турист)***