

  
«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУ ДО  
«ДЮСШ «Олимпиец»  
Т.И. Смотрина  
«15» декабря 2016 года.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований «Веселые старты» в рамках «Декады спорта и здоровья» и  
«Рождественского праздника на воде для самых весёлых, талантливых, спортивных!»

08 января 2017 г.  
г. Воркута

## **1. Цели и задачи**

- популяризация плавания;
- развитие скоростных качеств;
- развлечения в новогодние каникулы;
- развитие чувства коллективизма;
- выявление талантов;
- всестороннее развитие личности.

## **2. Сроки и место проведения**

Соревнования проводятся **08 января 2017 года** в ПБ «Воргашорец» по адресу: пгт. Воргашор, (ул. Катаева, д. 22).

Начало мероприятия в 15.00.

## **3. Руководство проведением соревнований**

Общее руководство мероприятием осуществляет тренерский состав МБУ ДО «ДЮСШ «Олимпиец». Непосредственное руководство возлагается на судейскую бригаду:

Тренер-преподаватель высшей категории – Рыкова Ж.В.

Тренер-преподаватель 1 категории – Гвоздик Е.А.

Тренер-преподаватель высшей категории – Сухов А.А.

Судья на старте, юный судья - Юдникова В.О.

Судьи при участниках, юные спортивные судьи: Баркина Яна, Кабылова Валерия, Фоменко Артём, Коруд Максим, Петрова Алина, Балахонов Никита, Нохрин Илья, Балакишиева Виктория.

## **4. Участники и программа соревнований**

К участию в соревнованиях допускаются учащиеся МБУ ДО «ДЮСШ «Олимпиец». Соревнования командные.

Состав: 3 команды по 18 человек (6-11-12 лет, 6-9-10 лет, 6-7-8 лет). Допускается участие ребёнка младшего возраста взамен старшего возраста.

Программа соревнований: (приложение №1)

- Конкурс № 1 «Обгонялки» (на надувных матрасах);
- Конкурс № 2 «Наездник» (с нудлом);
- Конкурс № 3 «Гребцы» (с дисками);
- Конкурс № 4 «Ведения мяча» (с мячами для фитнеса);
- Конкурс № 5 «Бабочка» (ноги работают как в брасе - руки баттерфляем);
- Конкурс № 6 «Кальмар» (ноги работают как в баттерфляе - руки брассом);
- Конкурс № 7 «Кролист» (ноги держат колобашку голеностопами);
- Конкурс № 8 «Спинист» (ноги держат колобашку голеностопами);
- Конкурс № 9 «Переправа» (на надувной игрушке).

Показательные выступления учащихся.

## **5. Определение победителей**

Победители и призёры командного первенства определяются по сумме мест занятых в конкурсах.

## **6. Награждение**

Все участники награждаются поощрительными призами.

## **7. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

За обеспечение безопасности участников и зрителей ответственность несет главный судья соревнований, главная судейская коллегия, тренеры. Главному судье соревнований подготовить акт готовности спортооружения для проведения соревнований. В целях обеспечения безопасности зрителей и участников разрешается проводить соревнования только на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями, и при условии актов технического обследования готовности спортивного сооружения к проведению мероприятия в соответствии с:

– «Положением о мерах по обеспечению общественного порядка и безопасности, а также эвакуации и оповещения участников и зрителей при проведении массовых спортивных мероприятий» (№ 786 от 17.10.1983 г.);

– «Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом» (№ 44 от 01.04.1993 г.);

В местах соревнований должен находиться медицинский работник.

## **8. Финансирование**

Расходы, связанные с награждением участников поощрительными призами осуществляются за счет добровольных пожертвований физических лиц (добровольные родительские взносы), согласно Устава родительского комитета, утверждённого 24.10.2016 г.

«Весёлые старты» в рамках празднования  
«Декады спорта и здоровья» и «Рождественского праздника на воде  
для самых весёлых, талантливых, спортивных!»

**- Конкурс № 1 «Обгонялки»** (на надувных матрасах):

Участвуют по **6 человек старшей группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 4 участника находятся на бортике с глубокой стороны бассейна - 2 с мелкой.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников транспортирует надувной матрас, на котором лежит второй участник в сторону противоположного бортика, там первый выходит из воды, второй слезает с матраса, а третий ложится на него. Теперь второй участник транспортирует надувной матрас, на котором находится третий участник в обратном направлении. Доплыв до противоположного бортика бассейна, второй участник выходит из воды, третий слезает с матраса, а четвёртый ложится на надувной матрас. В этот момент третий начинает транспортировать четвёртого, находящегося на надувном матрасе в противоположную сторону и т.д. Последний (шестой) участник транспортирует первого.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 50 метров.

*Условия:* Один из участников должен обязательно находиться на надувном матрасе. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

**- Конкурс № 2 «Наездник»** (с нудлом):

Участвуют по **6 человек средней группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 3 участника находятся на бортике с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников, сидя верхом на нудле, двигается к противоположному бортику бассейна, работая ногами как на велосипеде и произвольно руками. Передаёт эстафету следующему участнику, тот в свою очередь, садится верхом на нудл и передвигается тем же способом в противоположную сторону.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Передвигаться можно только сидя на нудле. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл. Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

**- Конкурс № 3 «Гребцы»** (с дисками).

Участвуют по **6 человек младшей группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 3 участника находятся с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников, держа в руках диски для аквааэробики, передвигается к противоположному бортику бассейна любым способом. Передаёт эстафету следующему участнику, тот в свою очередь, берёт диски у первого участника и начинает движение в обратную сторону.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету.

**- Конкурс № 4 «Ведение мяча»** (с мячами для фитнеса):

Участвуют по **6 человек старшей группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 3 участника находятся с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников, передвигается к противоположному бортику бассейна любым способом и ведёт перед собой мяч для фитнеса. Передаёт эстафету следующему участнику.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Запрещается подбрасывать мяч. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

**- Конкурс № 5 «Бабочка»** (ноги работают как в брассе - руки баттерфляем):

Участвуют по **6 человек средней группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 3 участника находятся с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт с тумбочки глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников, передвигается к противоположному бортику бассейна смешанным способом (ноги работают как в брассе - руки баттерфляем). Передаёт эстафету следующему участнику касанием бортика.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Запрещается менять способ плавания. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

**- Конкурс № 6 «Кальмар»** (ноги работают как в баттерфляе - руки брассом).

Участвуют по **6 человек младшей группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 3 участника находятся с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт с тумбочки глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников, передвигается к противоположному бортику бассейна смешанным способом (ноги работают как в баттерфляе - руки брассом). Передаёт эстафету следующему участнику касанием бортика.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Запрещается менять способ плавания. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

**- Конкурс № 7 «Кролист»** (с резиновым мячом в ногах):

Участвуют по **6 человек старшей группы** от каждой команды (6х25 м).

И.п. – 3 участника находятся с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников начинает движение к противоположному бортику бассейна способом кроль на груди, держа резиновый мяч в ногах. Передаёт эстафету следующему участнику, тот в свою очередь, берёт мяч у первого участника и начинает движение в обратную сторону.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Запрещается менять способ плавания. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

### **- Конкурс № 8 «Спинист»** (с колобашкой):

Участвуют по **6 человек старшей группы** от каждой команды (6x25 м).

И.п. – 3 участника находятся с одной стороны бассейна - 3 с другой.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи первый из участников начинает движение к противоположному бортику бассейна способом на спине, держа колобашку в ногах. Передаёт эстафету следующему участнику, тот в свою очередь, берёт колобашку у первого участника и начинает движение в обратную сторону.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый из участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Запрещается менять способ плавания. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

### **- Конкурс № 9 «Переправа»** (с надувной игрушкой).

Участвуют **все члены команды** (6x25 м).

И.п. – 9 участников (3 человека из старшей группы, 3 из средней, 3 из младшей) находятся на бортике со стороны глубокой части бассейна. Другие 9 участников (3 из старшей группы, 3 из средней, 3 из младшей) находятся на бортике со стороны мелкой части бассейна.

Старт из воды глубокой части бассейна.

По команде судьи один участник из старшей группы и один из средней транспортируют надувную игрушку, на которой сидит верхом один из членов команды младшей группы, в сторону противоположного бортика. Там передают эстафету следующей тройке участников и выходят из воды. Те в свою очередь занимают исходное положение и начинают движение в обратном направлении.

Эстафета продолжается до тех пор, пока каждая тройка участников не проделает свой маршрут в 25 метров.

*Условия:* Участник из младшей группы обязательно должен находиться верхом на надувной игрушке. За каждое нарушение условий выполнения задания команде насчитывается 1 штрафной балл.

Побеждает команда, быстрее других закончившая эстафету с меньшим количеством нарушений.

### ***Игра в водное поло***

Участвуют по **4 человека от каждой команды**.

И.п. – 2 команды находятся в воде на мелкой части бассейна напротив друг друга.

*Условия:* Игра проводится по упрощённым правилам игры в водное поло, по круговой системе. Порядок участия определяется жеребьёвкой.

Запрещено толкаться и нападать со спины.

Контрольное время проведения одного тайма 5 минут.

