

Приложение 1  
УТВЕРЖДАЮ:  
и.о. Директора  
АНО «Физкультурно-оздоровительный  
центр «Тей-Степюс»



Е.Г. Авдонин

2022 г.

**Положение**  
**О проведения физкультурно-спортивного мероприятия «Весёлые старты»**  
**приуроченного ко Дню России.**

## **1. Цели и задачи**

Физкультурно-спортивное мероприятие проводится в целях развития и популяризации здорового образа жизни, привлечения к регулярным занятиям физической культурой и спортом и приобретения соревновательного опыта и повышения спортивного мастерства у всех возрастных групп и выявления лучших.

Основными задачами являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- гражданское и патриотическое воспитание молодежи;
- совершенствование физкультурно-спортивной работы;
- развитие материальной базы и предоставления больших возможностей для занятий спортом.

## **2. Место и сроки проведения**

Физкультурно-спортивное мероприятие, приуроченное ко Дню России, проводится 12 июня 2022 года в Республике Хакасия, рп. Вершина Тёи.

## **3.Общее руководство**

Общее руководство организации и проведения физкультурно-спортивного мероприятия осуществляет: АНО «Спортивно – оздоровительный центр «Тея-Салюс».

## **4.Программа соревнований**

**12 июня 2022 года**

- 11:00-Регистрация участников велопробега
- 11:30-велопробег «Мы-Россияне»
- 12:00-Праздничный митинг-концерт в честь дня России
- 12:30-Регистрация участников Весёлых стартов
- 12:50 - Велопробег
- 13:15 – Весёлые старты

## **5.Условия подведения итогов**

Победителем становится команда, набравшая наименьшее количество очков. (Правила Приложение 1)

## **6.Награждение**

Победители и призеры награждаются грамотами.

## **7.Финансовые расходы**

Расходы, связанные с организацией и проведением физкультурно-спортивного мероприятия, проводит АНО «Спортивно – оздоровительный центр «Тея-Салюс».

## Правила

**«Фитбольные мячи»**

Соревнования командные. Команды делятся на равное количество участников, каждый участник по очереди преодолевает расстояние 15 метров сидя на фитбольном мяче. После преодоления дистанции участник передает эстафету следующему участнику. Победителем становится команда чьи участники быстрее прошли дистанцию.

**«Ведение баскетбольного мяча»**

Соревнования командные. Участники делятся на команды и встают в колонны. Первый участник каждой команды держит мяч (лучше всего баскетбольный). В 15 метрах от каждой колонны устанавливается стойка, которую нужно будет обегать. По команде. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**«Прыжки в мешках»**

Соревнования командные.

По сигналу ведущего, придерживая мешки руками возле пояса, участник прыгает до обозначенного места (флажка, палочки, или другого предмета). Обежав его, возвращаются к своим колоннам, вылазят из мешков, передают их следующим. Так продолжается до тех пор, пока все участники не пробегут в мешках. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**«Обруч-Переправа»**

Соревнования командные.

Команды делятся по три участника. Участник встает в обруч и преодолевает дистанцию 15 метров, после преодоления дистанции следующий участник команды встает к нему в обруч и они вместе преодолевают это расстояние и так пока все участники не пройдут эту дистанцию вместе в обруче. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**«Перетягивания каната»**

Соревнования командные. Задача каждой команды перетянуть соперника на свою сторону.