

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении спортивных соревнований среди дошкольников
муниципальных бюджетных дошкольных образовательных
организаций, реализующих образовательные программы дошкольного
образования «Здравиада – 2023»

1. Цели и задачи

- 1.1. Популяризация здорового образа жизни и занятий спортом среди воспитанников дошкольных учреждений, педагогов и родителей;
- 1.2. Содействие укреплению здоровья детей дошкольного возраста.
- 1.3. Выявление: интересов, склонностей и способностей дошкольников; сильнейших, среди воспитанников ДООУ Пожарского муниципального округа
- 1.4. Повышение уровня физической подготовленности воспитанников дошкольных учреждений;
- 1.5. Воспитание в детях настойчивости, упорства, чувства товарищества, умения побеждать и проигрывать.
- 1.6. Повышение интереса работников дошкольного образования к проведению физкультурно-массовых мероприятий с детьми;

2. Место проведения

- 2.1. Соревнования проводятся в ДООУ № 9.

3. Сроки проведения

Районные спортивные соревнования для дошкольников «Здравиада – 2023» проводятся 21 сентября 2023 г.

4. Участники соревнований

- 4.1. В соревнованиях принимают участие дети старших и подготовительных групп под наблюдением медицинской сестры.
- 4.2. Дошкольные учреждения Пожарского муниципального округа представляют к участию до 5 человек.

5. Требования к участникам соревнований

- 5.1. Наличие спортивной формы.
- 5.2. Наличие бейджика с фамилией и именем ребёнка.
- 5.3. Хорошая физическая подготовка.

6. Организация соревнований

6.1. Организация соревнований возлагается на главную судейскую коллегию:

1. Главный судья: Амросова Н.В.
2. Секретарь: Гальцева З.А.
3. Судьи на видах соревнований

6.2. Ответственные за проведение «Здравиады – 2023» - творческая группа в составе: Гальцева З.А., Балаева И.В., Королёва М.Е., педагоги МБДОУ детского сада № 9

7. Определение и награждение победителей

- 7.1. Победители определяются по наилучшему результату, показанному в каждом виде соревнований, среди детей детских садов
- 7.2. Победители награждаются дипломами.
- 7.3. На закрытии конкурса команды победители награждаются призами

Заявки на участие предоставить до 15.09.2023 г.

Задержка дыхания на вдохе

И.п. – стоя. Ребёнок делает два спокойных вдоха и два спокойных выдоха, а с третьим глубоким вдохом закрывает рот и нос рукой и терпит до желания сделать выдох. По секундомеру ведётся счёт секунд

№ п/п	ФИО	Результат
1.		

Звуковая проба

Ребёнок делает два спокойных вдоха и два спокойных выдоха, а после третьего глубокого вдоха, медленно выдыхая носом, произносит звук «М» с закрытым ртом, как можно дольше до следующего вдоха. По секундомеру ведётся счёт секунд

№ п/п	Ф.И.О.	Результат
1		

Скоростная выносливость

И.п.: стоя, ноги на ширине двух стоп, руки за головой. Ребёнок делает за 30 секунд максимально е количество приседаний.

№ п/п	Ф.И.О.	Результат
1		

Прыгучесть

Ребёнок встаёт у стартовой отметки, ноги – на ширине, равной двум стопам. Готовится к прыжку и прыгает вперёд как можно дальше. Фиксируется отметка сантиметровой лентой на уровне пятки ребёнка, ближней к старту.

№ п/п	Ф.И.О.	Результат
1		

Координация

Определяется по длине пройденного пути, проделанного ребёнком по узкой рейке (ширине – не более 5 сантиметров), по которой ребёнок может пройти, не сходя в сторону.

№ п/п	Ф.И.О.	Результат
1		

Реакция

Измеряется при помощи палки (длиной 1 метр и диаметром 1 см), на которой нанесена сантиметровая разметка. Ребёнок сгибает в локте руку и кладёт её вдоль края подходящего по росту стола. Ладонь также располагается ребром по краю опоры, при этом кончики пальцев чуть-чуть выступают над краем поверхности. расстояние между большим и указательным пальцем – не менее 5 см. палку в вертикальном положении (расположение разметки снизу вверх) расположить нижним краем чуть выше кисти ребёнка и не позднее, чем через 5 секунд, без предупреждения отпустить. Ребёнок ловит палку, и фиксируется отметка по верхнему краю указательного пальца.

№ п/п	Ф.И.О.	Результат
1		

Гибкость

И.п. – сидя. Ребёнок без обуви сидит на полу, вытянув руки перед собой. Стопы разведены на расстоянии 20 см. не сгибая коленей, ребёнок делает максимальный наклон вперёд и пытается достать до линии, проходящей между пятками стоп, упирающихся в неподвижные предметы. Линия считается нулевой отметкой. Если ребёнок не достаёт до неё, подсчитывается расстояние со знаком «минус», если достаёт за неё – со знаком «плюс». При этом кисти рук находятся на одной линии.

№ п/п	Ф.И.О.	Результат
1		

Заявка
на участие в «Здравиаде-2023» среди воспитанников муниципальных бюджетных образовательных учреждений, реализующих основную образовательную программу дошкольного образования

№	Ф.И. участника	Возраст участника	Образовательное учреждение	Ф.И.О. руководителя
1				
2				