

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» г.Нурлат РТ

Согласовано
методист МКУ «Управление образования»
Нурлатского муниципального района

Н.Н.Хамидуллина



Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад
№5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида» г.Нурлат РТ
В.Ш.Марданшина



ПОЛОЖЕНИЕ

о соревновании команд дошкольников и родителей.
Спартакиада дошкольников и родителей с элементами норм ГТО
«Спорт, я и моя семья»

2017г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о соревновании команд дошкольников и родителей. Спартакиада дошкольников и родителей с элементами норм ГТО «Спорт, я и моя семья»

1. Общие положения:

Городская Спартакиада дошкольников и родителей по нормам ГТО «Спорт, я и моя семья» (далее Спартакиада) проводится муниципальным автономным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» г. Нурлат Республики Татарстан, совместно с отделом образования Исполнительного комитета Нурлатского муниципального района Республики Татарстан.

Настоящее Положение является основным документом для проведения Спартакиады и определяет его цели и задачи, состав участников, сроки организации и проведения, критерии оценки и награждение победителей.

2. Цели и задачи Цель: Популяризация ГТО среди детей дошкольного возраста и их родителей (законных представителей).

Задачи:

- повысить эффективность мероприятий по пропаганде здорового образа жизни;
- стимулировать физкультурно-оздоровительную деятельность в муниципальных дошкольных образовательных учреждениях;
- привлечь общественное внимание к проблемам укрепления здоровья дошкольников;
- популяризировать комплекс ГТО среди подрастающего поколения;
- повысить уровень физической подготовленности дошкольников;
- содействовать сплочению и объединению семьи.

3. Время и место проведения.

Спартакиада проводится на базе МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» **28 ноября 2017г.**

Начало соревнований в **9:30 ч.** Регистрация участников с **9:00ч**

4. Программа и состав участников соревнования.

В Спартакиаде принимают участие из каждого детского сада команда из шести человек (две семьи с разнополыми детьми). В составе команды дошкольного образовательного учреждения: дети подготовительной к школе группы (6-7 лет) и их родители (законные представители)

Всем участникам команды быть в единой спортивной форме.

Подготовить приветствие: и название и девиз команды.

1 ступень норм ГТО:

- прыжки в длину с места;
- гибкость: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание)
- метание в цель.

Дети и родители(законные представители) сдают элементы норм ГТО и результаты каждого члена семьи суммируются при подведении общего итога.

5. Руководство проведением соревнований.

Общее руководство подготовкой и проведением Спартакиады осуществляет оргкомитет, в состав которого входят педагоги МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» г.Нурлат РТ.

5. Заявки

Заявки на участие в спартакиаде, заверенные медицинской сестрой и печатью ДОУ, принимаются до 27 ноября 2017г. В заявке прописываются фамилия, имя, год рождения участников.

6. Награждение.

Команды и участники спартакиады награждаются грамотами.

Приложение 1

Заявка

на участие в районной Спартакиаде среди ДОУ г.Нурлатв 2017 г.

от ДОУ № _____

Полное наименование образовательного учреждения	
Название команды	
Ф.И.О. ответственного лица	
Контактный телефон	

Состав команды

№ п/п	Ф.И. полностью	дата рождения	Подпись мед.сестры

Заведующий: подпись (расшифровка)

Мед.сестра:подпись (расшифровка)

Печать

Утверждены
приказом Минспорта России
от «08» июля 2014 г. № 575

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

I. СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 6 до 8 лет)

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – виды испытаний (тесты) и нормативы)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1	Челночный бег 3x10 м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	или бег на 30 м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
2	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	5	6	13	4	5	11

8.	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
	Количество видов испытаний (тестов) возрастной группе	8	8	8	8	8	8

ЧТО ДОЛЖЕН УМЕТЬ ДОШКОЛЬНИК

СГИБАНИЕ И РАЗГИБАНИЕ РУК В УПОРЕ ЛЕЖА НА ПОЛУ
Тестирование сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, может проводиться с применением «контактной платформы», либо без нее. Сгибание и

разгибание рук в упоре лежа на полу, выполняется из ИП: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжить выполнение тестирования. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук.

Ошибки:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- 2) нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
- 4) поочередное разгибание рук;
- 5) отсутствие касания грудью пола (платформы);
- 6) разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.

НАКЛОН ВПЕРЕД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ С ПРЯМЫМИ НОГАМИ НА ПОЛУ ИЛИ НА ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СКАМЬЕ

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из ИП: стоя

на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.

При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение 2 с. При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде

участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+».

Ошибки:

- 1) сгибание ног в коленях;
- 2) фиксация результата пальцами одной руки;
- 3) отсутствие фиксации результата в течение 2 с.

ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА ТОЛЧКОМ ДВУМЯ НОГАМИ

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение (далее - ИП): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног

перед линией измерения.

Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до

ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки:

- 1) заступ за линию измерения или касание ее;
- 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами разновременно.

Метание теннисного мяча в цель.

Метание теннисного мяча в цель производится с расстояния 6м. в закрепленном на стене гимнастический обруч диаметром 90см. Нижний край обруча находится на высоте 2м. от пола. Участнику предоставляется право выполнить 5 попыток. Засчитывать количество попаданий в площадь, ограниченную обручем.

Ошибки (попытка не засчитывается)

- 1) Заступ за линию метания
- 2) Снаряд не попал в «коридор»
- 3) Попытка выполнена без разрешения судьи.

Пронумеровано, прошнуровано,
скреплено печатью _____ листов.

Заведующий муниципального
автономного дошкольного

образовательного учреждения

«Детский сад №5 «Камыр Батыр»
Образовательного вида»

г. Нур-Султан Республика Татарстан
Улицы Марджанина/
Иванова

