Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа «Лидер»

+

**Тема: Спортивно-игровая программа**

**«Измерь своё здоровье - пешеходный шорт- трек»**

Авторы:

Трухина В.П. инструктор-методист МБОУ ДО «ДЮСШ «Лидер»

Кунгур 2017

**Спортивно-игровая программа**

**«Измерь своё здоровье - пешеходный шорт- трек»**

**Аннотация:**Спортивно-игровая программа предназначена для организации досуга детей и была апробирована на участниках лагеря дневного пребывания детей «Лето в стиле ГТО» на базе ДЮСШ «Лидер». Это мероприятие можно использовать на спортивных праздниках; для организации досуга в детских лагерях и площадках.

**Цель мероприятия:**воспитание у детей ценностного отношения к своему здоровью черезсоревновательную деятельность.

**Время проведения**: 1 час

**Место проведения**: территория ДЮСШ «Лидер»

**Оборудование**: Конусы.

***Ход спортивно-игровой программы***

Участники двигаются по кругу, протяженностью 60 метров.

Стиль преодоления дистанции – спортивная ходьба.

Старт – общий.

Участники делятся на забеги согласно возраста: 1-3 класс, 5-6 класс, 7 класс и старше, и пола мальчики и девочки.

Максимальное количество участников в одном забеге 10 человек.

Каждый круг выбывает последний участник. 3 участника, которые дольше всех продержались на дистанции, проходят последний круг для определения победителя и призеров.

Средний круг из всей дистанции является промежуточным финишем.

Участники выбывшие с дистанции, находятся в зоне отдыха.

Функции судей:

1 судья – на старте, подает команды ВНИМАНИЕ и МАРШ.

2 и 3 судьи – на дистанции, отслеживают и исключают участников, которые нарушили условия передвижения по дистанции (перешли на бег).

4 и 5 судьи – на промежуточном финише, выводят последних участников с дистанции.

6 судья – на финише, определяет победителя и призеров на финише.

**Схема расположения участников и судей в спортивно-игровой программе**

**«Измерь своё здоровье - пешеходный шорт- трек»**

Болельщики и участники ожидающие своего забега

Судья

на

дистанции

Судья

на

дистанции

старт

 судья на старте

Зона определения

участника на выбывание

 Судья на финише

Зона отдыха выбывших участников

Судьи на промежуточном финише