**Программа спортивных мероприятий для учащихся 4,5,6 классов на День здоровья 11 сентября 2020 в МОУ Истринская СОШ №3**

В рамках проведения Дня здоровья будет проходить отбор детей в школьную команду для участия в традиционных муниципальных соревнованиях посвященных Дню туризма. В программе соревнований «Миниориентирование» и «Полоса препятствий». Сами соревнования будут проходить 25 сентября 2020. По результатам Дня здоровья 11 сентября от каждой параллели будут отобраны 5-7 человек для участия в данных соревнованиях. Мероприятие будет проходить в учебный день, все участники будут освобождены от занятий.

Учителям и классным руководителям:

1. Донести информацию до своего класса.
2. Отобрать детей, не имеющих противопоказаний к физическим упражнениям. (При желании можно брать всех)
3. Организовать приход своего класса в назначенное время в школу 11 сентября.
4. Проследить наличие у участников длинной спортивной формы для улицы и головного убора. Желательно иметь тонкие рабочие перчатки ПО РАЗМЕРУ на каждого ребенка.
5. **Заранее** составить предварительный (примерный) список участвующих детей от каждого класса, **переслать Тимофею Вячеславовичу до среды включительно!!!! (если это сложно, то прислать список всего класса).** Лучше отправить на почту [t9785@mail.ru](mailto:t9785@mail.ru). Внести изменения в состав можно будет на месте перед стартом.

Время прихода по классам:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4а | 4б | 4в | 5а | 5б | 5в | 5г | 6а | 6б | 6в |
| 9:00 | 09:35 | 10:10 | 10:45 | 11:15 | 11:45 | 12:15 | 12:45 | 13:15 | 13:45 |

**На «Дне здоровья» всем детям 4-6 классов необходимо будет принять участие в двух видах соревнований**:

Сначала участники проходят «полосу препятствий». Располагаться она будет справа от главного входа в старую школу. Участник успешно прошедший полосу препятствий, **без задержек**, переходит на миниориентирование. Оно будет проходить на задней лужайке территории школы (у стадиона).

Вопросы по тел. 89267003523 Тимофей Вячеславович или почте t9785@mail.ru

«Полоса препятствий» - дистанция с веревочными этапами на ловкость и быстроту прохождения.



«Миниориентирование» – вид соревнований, в котором участники при помощи карты должны пройти определѐнный маршрут через контрольные пункты, расположенные в обозначенном на местности прямоугольнике. Простого умения быстро бегать здесь не достаточно, в ориентировании нужно работать головой!!!

 