

Утверждено
Оргкомитет
26.07.2019

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении семейного квеста «К здоровью - вместе»

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Организаторы семейного квеста «К здоровью - вместе» (далее игры) – Департамент по физической культуре, спорту и молодежной политике Ярославской области, Департамент образования мэрии города Ярославля, МДОУ «Детские сады № 65,82,106», партнеры МДОУ «Детские сады № 6, 31, 73, 77, 170, 192, 214, 226, 228, 235».

1.2. Цели и задачи:

- пропаганда здорового образа жизни;
- формирование семейных ценностей на основе приобщения к физической культуре и спорту;
- формирование лидерских качеств, развитие организаторских способностей, умения работать в коллективе.

2. УЧАСТНИКИ ИГРЫ

2.1. К участию в игре приглашаются семейные команды из 3-х человек (состав команды любой по возрасту, полу).

Требования к участникам – мобильность, активность, коммуникабельность. Возраст одного из детей должен быть не младше 5 лет и не старше 7 лет, т.е. это должен быть ребенок из дошкольного учреждения, от которого направлена заявка.

3. ПОРЯДОК И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ИГРЫ

3.1. Прием заявок от дошкольных учреждений– с 2 августа 2019 г. по 08 августа 2019 (включительно).

Для участия в игре учреждению необходимо собрать команду из 3 человек, отправить заявку по форме (Приложение №1) на e-mail: yardou106@yandex.ru.

3.2. Квота на участие – 40 команд по городу Ярославлю. Каждое учреждение присыпает заявку на 1-2 команду (по желанию родителей). В случае, если квота по городу будет не набрана, учреждения могут предоставить большее количество команд.

3.3. Игра проводится 10 августа (суббота) 2019 года в 11.30 в парке на Даманском острове.

Регистрация команд с 10.30 до 11.00 на центральной алле парка по направлению главной сцены с левой стороны от около арт объекта «Стул».

11.00 -11.30. – официальное открытие, с общей разминкой.

Старт игры – 11.30.

Окончание – 12.30

Награждение на главной сцене парка 13.00.

Все изменения по времени и содержанию протокола открытия и награждения будут сообщены дополнительно.

4. ПРАВИЛА ИГРЫ

4.1.Основные понятия, используемые в игре:

- Игра – это последовательность этапов, состоящих из нескольких заданий, сопровождающихся подсказками. Задание считается выполненным, если участники игры

в результате решения задания получили подтверждение выполненного задания в виде зафиксированного результата в маршрутном листе.

- Команда – объединение нескольких участников.
 - Задание – один уровень этапа игры, загадка или действие, которое необходимо выполнить, чтобы пройти уровень.
 - Принцип равных условий означает, что все участники на протяжении всей игры обладают одинаковым объемом информации. Данный принцип является неотъемлемым при подготовке и проведении игры Организатором.
- 4.2. Игра включает в себя движение по маршруту, на котором расположены игровые точки (этапы). Первая точка обозначена в маршрутном листе, далее команда самостоятельно решает свой путь передвижения.
- 4.3. При регистрации каждая команда сдает организаторам соглашение об участие в игре (Приложение № 2) и получает маршрутно-оценочный лист, в него занесены все этапы и определено место фиксирования результата каждого этапа. По окончании квеста команда возвращается к месту регистрации, где организаторы делают отметку в листе регистрации о прохождении командой всего маршрута. Маршрутная карта остается у команды.
- 4.4. На игровой точке (этапе) команде необходимо, прослушав определенную информацию по теме игры и выполнив определенные задания, получить зафиксированный результат в маршрутном листе.
- 4.5. Все результаты команды фиксируются в протокол каждого этапа и отмечаются в маршрутном листе команды.
- 4.6. Победителями игры становятся команды, которые выполняют все предложенные задания быстро, набрав максимальное количество баллов по сумме этапов.
- 4.7. Команды имеют право представлять образовательную организацию с помощью флага, униформы, атрибутики и других символов учреждения либо своей семьи.

5. УСЛОВИЯ ИГРЫ

5.1. Для прохождения игры участникам необходимо иметь:

5.2. Форма одежды членов команды во время игры – спортивная, удобная, обязательно по погоде.

5.3. Обязательным условием игры является выполнение правил игры и Соглашения об участии.

5.4. Участие в игре подразумевает полное согласие с данным положением.

6. СВЕДЕНИЯ ОБ ЭТАПАХ ИГРЫ

1. «Скакалочка».

Задание: За 1 минуту пропрыгать максимальное количество раз каждому члену семьи. Прыжки начинаются одновременно всей командой участников по команде «Старт» ответственного за проведение этапа. Скакалки с автоматическим счетчиком.
Измеритель: суммируется общее количество прыжков.

2. «Стрельба».

Задание: Каждому члену семьи дается 3 кольца, необходимо с расстояния 3 метра забросить кольца на кольцеброс.

Измеритель: суммируется общее количество заброшенных колец.

3. «Художественная гимнастика»

Задание: Команде выдаются палочки с размотанными лентами, необходимо по началу сигнала «Старт» всем одновременно начать способом накручивания двумя руками, наматывать ленту на палку. Время 1 минута.

Измеритель: общее количество намотанных палочек с лентами.

4. «Боулинг»

Задание: 1 член семьи ставит 10 кегль по 5 штук в 2 ряда, два остальных – по очереди

стараются ударом мяча сбить максимальное количество кегль. Расстояние 3 метра.

Измеритель: общее количество сбитых кегль.

5. «Тренировка»

Задание: ставится 2 корзины на расстоянии примерно 2 метров друг от друга. Одна корзина заполнена шариками (мячами). Члены семьи встают между двумя корзинами так, чтобы образовалась «цепочка». Необходимо по сигналу «Старт» начать передавать друг через друга шарики (мячи) из одной корзины в другую. Время 1 минута.

Измеритель: общее количество переложенных шаров(мячей).

6. «Мобильный баскетбол»

Задание: Ставятся 2 корзины напротив друг друга на расстоянии 2-3 м, в одной из корзин лежат 3 мяча. Двое взрослых участников держат корзину для ловли мяча. Не запрещается передвигать корзину вправо, влево, вперед назад, вверх вниз не переходя за линию.

Участник-ребенок бросает по 1 мячу в корзину. Мяч после броска должен оставаться в корзине. После каждого броска мяч из корзины убрать.

Измеритель: общее количество попавших мячей.

7. «Силачи»

Задание: путём однократного сжатия динамометра любой удобной для участника рукой, определить силу в килограммах. Запрещается использовать различные опоры вовремя сжатия динамометра.

Измеритель: общая сумма килограммов, указанных на динамометре от участников всей команды.

8. «Футбол»

Задание: Члены команды располагаются друг за другом у штрафной линии(точки) на расстоянии примерно 5 метров до ворот с мячами, по 1 мячу на игрока. Задача – забить мяч в ворота.

Измеритель: общее количество заброшенных мячей в ворота.

9. «Дартс»

Задание: Каждому члену семьи выдается по 1 дротику(шарику). Необходимо попасть в поле и набрать максимальное количество очков. Расстояние 2 метра , высота

(расположение от уровня земли) игрового поля для взрослого 1, метра, для ребенка 1 метр.

Измеритель: общая сумма очков всех игроков команды.

10. «Большой теннис».

Задание: По команде «Старт» начать подбрасывать мяч на ракетке вверх («набивать» его).

Задание выполняется поочередно сначала 2 игрока, затем еще один. В случае падения мяча время не останавливается. Если мяч падает игрок самостоятельно его поднимает и продолжает игру до окончания времени. Время выполнения задания 30 сек.

Измеритель: общее количество подбрасываний.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

7.1. Награждение проходит после завершения и подведения итогов игры.

7.2. Команды награждаются дипломами, победители получают приз – кубки.

Приложение №1

Заявка
для участия в спортивной квест-игре «К здоровью – вместе»

№ п/п	Образовательное учреждение	ФИО взрослых участников, ФИ ребенка, его возраст

Приложение № 2

СОГЛАШЕНИЕ
об участии в игре
(заполняется участниками самостоятельно)

ФИО участников _____

МДОУ №_____

Дата заполнения _____

МЫ ВЫРАЖАЕМ ЖЕЛАНИЕ принять участие в спортивно-развлекательной квест-игре «К здоровью-вместе» и подписываем данный документ в качестве необходимого условия участия в названной игре. С правилами игры ознакомлены и полностью согласны следовать им.

МЫ ОСОЗНАЕМ, что данная игра требует физического и умственного напряжения и может привести к значительным физическим нагрузкам.

МЫ ПОДТВЕРЖДАЕМ, что:

- физически и морально подготовлены к участию в игре и к возможному напряжению в ходе этих игр;
- осведомлены о том, что выполнение любого задания возможно без нарушения законов и риска для нашей жизни и жизни окружающих;
- обязуемся соблюдать все действующие правила и законы, и в случае несоблюдения этих правил и законов будем нести личную ответственность за их нарушение;
- обязуемся не создавать конфликтных ситуаций во время игры;
- будем соблюдать все правила;
- во время игр никогда, ни при каких обстоятельствах не будем умышленно создавать ситуаций, которые могут причинить вред другим участникам либо организаторам;
- будем подчиняться всем указаниям и требованиям организаторов игр во время проведения данной игры.
- даем согласие на участие в игре своего несовершеннолетнего ребенка (детей).

(подпись)

расшифровка

(подпись)

расшифровка