

**Дорогие ребята и родители!**  
**Приглашаем вас принять участие в первой дистанционной спартакиаде детского сада!**

[https://youtu.be/yUqJY3V\\_j7k](https://youtu.be/yUqJY3V_j7k)

**Задание первой недели - прыжки на скакалке**

Прыгаем 1 минуту, считаем количество прыжков. Вариант прыжков ребенок выбирает самостоятельно (на 2 ногах, перешагиванием и т.д.)

Участники получают 5 баллов, первое место - 8 баллов, 2 место - 7 баллов, 3 место - 6 баллов.

**Итоги первой недели "Прыжки на скакалке"**

Участник	Прыжки на скакалке/1 минута	Количество баллов
Щарбакова Вика	21 раз	5
Стародубцев Кирилл	26 раз	5
Колгудаева Даша	23 раза	5
Гонтаренко Алина	58 раз	7
Раводин Ваня	23 раза	5
Абрамов Дима	45 раз	6
Залужский Леша	8 раз	5
Власов Рома	33 раза	5
Зайцева Вика	117 раз	8

**1 место** - Вика Зайцева, старшая группа

**2 место** - Алина Гонтаренко, подготовительная группа "А"

**3 место** - Дима Абрамов, подготовительная группа "А"

**Поздравляем призеров и участников!**

Все ребята - большие молодцы и настоящие спортсмены! Прыжки на скакалке стали непростым испытанием. Видно, что участникам было сложно, тяжело.

Здорово, что каждый проявил твердый характер и дошел до конца!

Продолжайте тренироваться: прыгайте на скакалке во дворе, на улице с друзьями, на занятиях в секциях - и тогда ваш результат будет также высок, как у призеров первой недели!

Все возможно, все в ваших руках! Всех участников в мае ждут призы!

---

## Итоги второй недели - прыжок в длину с места (толчок двумя ногами)

Участник	Длина прыжка, см	Количество баллов	Значок ГТО
Щербакова Вика	109	5	+1 см до бронзы
Стародубцев Кирилл	118	5	бронза
Колгудаева Даша	128	5	серебро
Гонтаренко Алина	127	5	серебро
Раводин Ваня	124	5	серебро
Абрамов Дима	156	8	золото
Залужский Леша	118	5	бронза
Власов Рома	152	7	золото
Зайцева Вика	119	5	серебро
Егоров Слава	110	5	+5 см до бронзы
Клепиков Евсей	145	6	золото
Гаврикова Марина	105	5	+5 см до бронзы
Гаврикова Лиля	89	5	+21 см до бронзы
Вуккерт Егор	109	5	+6 см до бронзы
Федосеев Дима	140	5	золото

**1 место** - Абрамов Дима, подготовительная группа "А"

**2 место** - Власов Рома, подготовительная группа "Б"

**3 место** - Клепиков Евсей, подготовительная группа "Б"

Поздравляем победителей и участников!

Все ребята большие молодцы! Спасибо родителям за подготовку прекрасных спортсменов и подробные видеоотчеты. Каждый участник получит приз в мае после подведения общих итогов Спартакиады.

Обратите внимание, что с такими результатами ребята могут получить **значок ГТО первой ступени!** Кто-то уже претендует на золото, кому-то нужно еще совсем немного потренироваться и улучшить свой результат к зачету и первому значку!

## Нормы ГТО

### Девочки 6-8 лет

- бронза - 110 см
- серебро - 115 см,
- золото - 135 см

## Мальчики 6-8 лет

- бронза - 115 см
- серебро - 120 см
- золото - 140 см

---

### Итоги третьей недели - "Снайперы", испытание на меткость.

- многофункциональное орудие многоразового использования, которое есть в каждом доме - картофель средней величины, чтобы помещался в руке у ребенка.

- цель - ведро на 12 литров и больше.

Цель (ведро) необходимо установить на расстоянии 2,5 метра от места "выстрела". Место выстрела отмечаем линией. 10 попыток - выстрелов, считаем количество попаданий в ведро и количество сбитых ведер. Если ведро упало, но снаряд остался в ведре - считаем это попаданием.

Способ метания - любой удобный ребенку.

Попадание - 3 балла, сбитая цель - 1 балл

Имя участника	Попадал в цель, количество раз	Сбил цель, количество раз	Итого баллов
Щербакова Вика	-	2	2
Колгудаева Даша	5	5	20
Гонтаренко Алина	-	-	-
Раводин Ваня	1	3	6
Абрамов Дима	5	1	16
Залужский Леша	7	3	24
Власов Рома	3	5	14
Зайцева Вика	2	1	7
Клепиков Евсей	5	1	16
Вуккерт Егор	4	4	16
Федосеев Дима	2	2	8

**1 место** - Залужский Леша, подготовительная группа "А"

**2 место** - Колгудаева Даша, подготовительная группа "Б"

**3 место** - Клепиков Евсей, Абрамов Дима, Вуккерт Егор, подготовительная группа "Б", подготовительная "А"

Поздравляем победителей и участников!

Испытание "снайперы" - сложное, требующее подготовки и тренировки. Не у каждого взрослого получится сделать 10 метких выстрелов!

**Главная цель этого задания** - вызвать у детей интерес к метанию предметов в цель, научиться прицеливаться, рассчитывать силы броска и продолжить тренировки в своих играх. Чем больше мы тренируемся - тем точнее получается.

Отлично, что участники увлеклись заданием и продолжили соревноваться со своими братьями, сестрами и родителями!

Спасибо ребятам за активное участие и родителям за помощь в подготовке снаряжения и видеоотчеты.

---

**Итоги четвертой недели** - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами.

Выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье (в домашних условиях это может быть устойчивый невысокий стул или обычная скамья), ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см.

При выполнении испытания по команде родителя ребенок выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах.

Имя участника	Наклон, см	Баллы	Норма ГТО
Щербакова Вика	13	5	золото
Стародубцев Кирилл	7,5	5	золото
Колгудаева Даша	11	5	золото
Гонтаренко Алина	17	7	золото
Раводин Ваня	10	5	золото
Абрамов Дима	12	5	золото
Залужский Леша	15	6	золото
Власов Рома	12	5	золото
Зайцева Вика	19	8	золото
Гаврикова Марина	17	7	золото
Гаврикова Лиля	11	5	золото
Вуккерт Егор	15	6	золото

## Норма ГТО

### Мальчики 6-8 лет

- + 1 см - бронза
- + 3 см серебро
- + 7 см золото

### Девочки 6-8 лет

- + 3 см - бронза
- + 5 см - серебро
- + 9 см - золото

1 место - Зайцева Вика

2 место - Гонтаренко Алина, Гаврикова Марина

3 место - Вуккерт Егор, Залужский Леша

Поздравляем ребят с отличными результатами! Все справились с заданием прекрасно! Так держать!

Спасибо родителям за фотоотчеты.





---

### Итоговая таблица баллов за 4 недели

Имя участника	Итого баллов
Щербакова Вика	20
Стародубцев Кирилл	15
Колгудаева Даша	22
Гонтаренко Алина	24
Раводин Ваня	20
Абрамов Дима	25
Залужский Леша	24
Власов Рома	22
Зайцева Вика	26
Егоров Слава	5
Клепиков Евсей	12
Гаврикова Марина	13
Гаврикова Лиля	10
Вуккерт Егор	17
Федосеев Дима	10

Спасибо большое ребятам и родителям за участие в **первой дистанционной Спартакиаде детского сада!** Продолжайте тренироваться весело и с пользой для здоровья!

Желаем каждому участнику получить первый значок ГТО уже в этом году! У вас обязательно все получится!

Победители и призеры в каждом виде Спартакиады награждаются грамотами! Все участники Спартакиады получают призы за участие, которые обязательно пригодятся им летом!



**ГРАМОТА**  
награждается  
**Виктория Зай**  
за I место  
в дисциплине  
перед из

**Г**  
"Нак

**ГРАМОТА**  
награжд  
**Егор В**  
за I  
в дис  
"Наклон впер

**Г**  
"Наклон  
П  
МБДОУ  
"Н



# ГРАМОТА

награждается

**Виктория Зайцева**

за I место

в дисциплине

"Наклон вперед из положения стоя"

---

---

Подготовила и провела дистанционную Спартакиаду инструктор по физическому воспитанию И. И. Щербакова  
апрель/май 2020 г.