

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник ОМС
Управление образованием ПГО
_____ А.А. Лихачёва

«УТВЕРЖДАЮ»
Руководитель ОО
«Попечительский совет ПГО»
_____ М.В. Зув

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении городского спортивного праздника
на призы общественной организации
« Попечительский совет Полевского городского округа»
памяти Почётного работника общего образования Н.Е. Бобровой

Цель :

Создание условий для пропаганды и популяризации здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование у учащихся образовательных учреждений стремления к здоровому образу жизни и физического развития подрастающего поколения;
- установление дружеских контактов между коллективами образовательных учреждений, организациями и предприятиями, шефствующими над образовательными учреждениями и родителями.

Участники праздника:

Обучающиеся, руководители и педагоги образовательных учреждений, подведомственных ОМС Управление образованием ПГО, шефы и родители.

Время и место проведения праздника: 19 марта 2016 г. Лыжная база ПАО «СТЗ»

Начало парада в 10ч 40мин

Программа:

Время	Вид соревнования	Участники
9ч 00 мин	Спортивное многоборье	а) <i>городские школы:</i> обучающиеся 8 классов (8 юношей + 8 девушек из одного класса) ; б) <i>сельские школы:</i> обучающиеся 7-8 классов (4 юноши+4 девушки).
11ч 00мин	«Пятиугольник» «Лыжная»	- руководитель ОУ; - шеф;

	<i>эстафета» (5x300 классическим стилем)</i>	- представители профсоюза ОУ; - родитель; - учитель (педагог доп.образования)
<i>11ч 00мин</i>	<i>«Пулевая стрельба»</i>	- 1 родитель; - 1 педагог; - 1 юноша – ученик 9-11 классов (по выбору ОУ).
<i>11ч 00 мин.</i>	<i>«Биатлон»</i>	- 4 ученика 9 классов
<i>11ч 00мин</i>	<i>«Лыжные гонки» (эстафета 4 x 500 м. классическим стилем)</i>	а) <i>городские школы:</i> обучающиеся 7 классов (2 юноши + 2 девушки из одного класса) ; б) <i>сельские школы:</i> обучающиеся 6-7 классов (2 юноши+2 девушки).
<i>11ч 40мин</i>	<i>Силовое многоборье (Приложение 4)</i>	а) <i>городские школы:</i> обучающиеся 10 классов (5 человек) ; б) <i>сельские школы:</i> обучающиеся 8-9 классов (3 человека).
<i>12ч 40мин</i>	<i>Парад участников. Награждение.</i>	Все участники соревнований

Награждение:

Победители и призёры награждаются грамотами и призами ОО «Попечительский совет ПГО» в каждом виде программы. По итогам участия в соревнованиях подводится суммированный итог и награждение переходящими кубками самых результативных команд среди городских и среди сельских образовательных учреждений.

Руководство праздником:

Главный судья: Гаврилова Л.Л.

Главный секретарь: Алаева А.В.

Ответственный за награждение: Мамочкин В.А.

Медицинский работник: Алпашкина М.А.

Судьи на видах по согласованию с ФСК и ДЮСШ. Обязательно от каждого ОУ 1 преподаватель.

Основные требования к участникам:

1. Обязательное участие судей от образовательных учреждений, принимающих участие в соревнованиях, в работе судейской 9 марта 2016 г. в 15ч 00 мин в зале заседаний ОМС Управление образованием ПГО.

2. На судейскую судьи от образовательных учреждений, принимающих участие в соревнованиях, представляют *техническую* заявку по предлагаемой форме (Приложение №1).

3. *Медицинская* заявка (Приложение №2), оформленная на фирменном бланке образовательного учреждения, заверенная медицинским работником и директором ОУ, предоставляется в оргкомитет(!) в день проведения соревнований 19 марта 2016г. не позднее 10ч 10мин.

Поданная медицинская заявка подтверждает участие образовательного участия в празднике.

Команда не предоставившая медицинскую заявку, заверенную медицинским работником, до участия в соревнованиях не допускается!!!!

В случае отсутствия возможности проведения какого-либо вида соревнований, возможна замена по согласованию.

Команда (указать ОУ) _____
 заявляет о своем участии в городском спортивном празднике на призы ОО
 «Попечительский совет ПГО» в следующих видах в составе :

Вид соревнования	Кол-во участников от ОУ	ФИО
«Пятиугольник «Лыжная эстафета» (5x300 классическим стилем)	- руководитель ОУ ; - шеф; - представитель профсоюза ОУ; - родитель; - учитель (ПДО)	1. 2. 3. 4. 5.
«Пулевая стрельба»	- 1 родитель; - 1 педагог; - 1 юноша – ученик 9- 11 классов (по выбору ОУ).	1. 2. 3.
«Биатлон»	4человека	1. 2. 3. 4.
«Лыжные гонки» (эстафета 4 x 500 м. классическим стилем)	4человека	1. 2. 3. 4.
Силовое многоборье	5 человек	1 команда 6 человек
«Спортивное многоборье»	16 человек (8 сельские)	1. 2.

Директор ОУ _____ Подпись _____

М.П.

Ф.И.О. директора

Команда (указать ОУ) _____
 заявляет о своем участии в городском спортивном празднике на призы ОО
 «Попечительский совет ПГО» в следующем составе:

«Пятиугольник: «Лыжная эстафета» (5x300) классическим стилем

№	Фамилия Имя Отчество	Должность
1	Силин Иван Иванович	Руководитель ОУ
2		Шеф
3		Профсоюз ОУ
4		Родитель
5		Учитель

«Пулевая стрельба»

№	Фамилия Имя Отчество		Дата допуска	Подпись врача
1	Силин Иван	родитель		-
2		педагог		-
3		9 «А»		

«Лыжные гонки» эстафета 4x500 классическим стилем

№	Фамилия Имя	Класс	Дата допуска	Подпись врача
1	Силин Иван	7«А»	19.08.2014г.	
2				
3				
4				

«Спортивное многоборье»

№	Фамилия Имя Отчество		Дата допуска	Подпись врача
1	Силин Иван	5 «А»	19.08.2014г.	
2		5		
3		6		
4		6		
5		7		
6		7		

«Биатлон»

№	Фамилия Имя	Класс	Дата допуска	Подпись врача
1	Силин Иван	8 «А»	19.08.2014г.	
2				

3				
4				

«Силовое многоборье»

№	Фамилия Имя	Класс	Дата допуска	Подпись врача
1	Силин Иван	10 «А»	19.08.2014г.	
2				
3				
4				
5				
6				

ВНИМАНИЕ: медицинский работник визу ставит в ручную (Доп.) и **ОБЯЗАТЕЛЬНО** ставит медицинскую печать.

Директор ОУ _____ Подпись _____ Ф.И.О. директора
М.П.

Допущено к участию в соревнованиях от ОУ _____ человек.

Врач (фельдшер) _____ Подпись _____ Ф.И.О.врача
М.П.

Спортивное многоборье (тесты) включают в себя:

Подтягивание на перекладине (юноши). Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 сек. видимое для судьи положение виса. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) (девушки). Исходное положение – упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Дается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

Подъем туловища из положения лежа на спине (юноши, девушки). Исходное положение – лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены (партнер по команде руками фиксирует голеностопный сустав участника выполняющего упражнение). Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек. Во время выполнения упражнения не допускается подъем таза. Касание мата всей спиной обязательно.

Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется от линии отталкивания двумя ногами одновременно с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от линии отталкивания до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.

Наклон вперед из положения сидя (юноши, девушки). На полу обозначается центровая и перпендикулярная линии. Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центровой линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см, руки вперед, ладони вниз. Выполняется три наклона вперед, на четвертом фиксируется результат касания и фиксации (не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается.

Команда победительница определяется по наибольшей сумме очков, набранной по сумме 12 лучших результатов (6 юношей, 6 девушек) среди городских классов-команд и 6 лучших результатов (3 юноши, 3 девушки) среди сельских классов-команд.

Силовое многоборье (виды испытаний):

- подтягивание на перекладине
- прыжок на скакалке (1 мин)
- пресс (1 мин)