

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА ЯРОСЛАВЛЯ

П Р И К А З

22.01.2014

№ 01-05/53

О проведении городского фестиваля «Команда будущих Олимпийцев» среди учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений города Ярославля

В целях привлечения учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формирования здорового образа жизни учащихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Провести с 31 января по 3 февраля 2014 года городской фестиваль «Команда будущих Олимпийцев» среди учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений города Ярославля.
2. Утвердить Положение о проведении городского фестиваля «Команда будущих Олимпийцев» среди учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений города Ярославля (Приложение).
3. Директорам муниципальных общеобразовательных учреждений направить команды для участия в городском фестивале «Команда будущих Олимпийцев» среди учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений города Ярославля, под руководством ответственных учителей, провести все необходимые мероприятия, связанные с обеспечением безопасности жизни и здоровьем обучающихся.
4. Контроль за исполнением приказа возложить на начальника отдела дополнительного образования и воспитательной работы мэрии города Ярославля.

Заместитель директора департамента
образования мэрии города Ярославля

Е.А.Иванова

Приложение
к приказу департамента образования
мэрии города Ярославля
от 22.01.2014 № 01-05/22

СОГЛАСОВАНО
Президент НП «СК «Буревестник ВВ»
_____ А.Б.Сорокин

« » _____ 2014 г.

Положение
о проведении городского фестиваля «Команда будущих Олимпийцев»
среди учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений города Ярославля.

Учредителем городского фестиваля «Команда будущих Олимпийцев» среди учащихся 6 классов общеобразовательных учреждений города Ярославля (далее – Фестиваль) является департамент образования мэрии города Ярославля.

1. Общие положения

1.1. Фестиваль проводится с целью:

- популяризации физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне», возрождаемого на территории Ярославской области;
- укрепление позитивного имиджа Зимних Олимпийских Игр 2014 года, проводимых в г. Сочи;
- вовлечения школьников в занятия массовым спортом.

1.2. Задачами Фестиваля являются:

- привлечение внимания учащихся к предстоящим Олимпийским играм в г. Сочи;
- гражданско-патриотическое воспитание учащихся;
- развитие массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в образовательных учреждениях;
- пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни среди учащейся молодежи;

1.3. Организатором Фестиваля является департамент образования мэрии города Ярославля.

1.4. Непосредственное проведение Фестиваля осуществляет: МОУДОД ДЮЦ "Ярославич".

2. Участники Фестиваля

В Фестивале принимают участие команды 6-х классов общеобразовательных учреждений. К Фестивалю допускаются учащиеся, получившие допуск врача.

Состав команды - 9 человек: 8 участников (4 мальчика, 4 девочки) из одного общеобразовательного учреждения, и 1 представитель (тренер).

Предварительные заявки на участие в Фестивале подаются по форме (Приложение №3 к положению) до 17:00 часов, 28 января 2014 года, по электронному адресу: de2006@mail.ru.

Дополнительную информацию можно получить по телефону: 40-51-18, Сметанина Кристина Владимировна.

Заявки с допуском врача на участие в программе Фестиваля, подписанные директором общеобразовательного учреждения предоставляются непосредственно в день приезда.

3. Сроки, порядок и условия проведения Фестиваля

3.1. Фестиваль проводится с 31 января по 03 февраля 2014 года, на базе МОУ ДОД ДЮЦ «Ярославич».

3.2. Фестиваль состоит из четырех частей:

- «Сдачи норм комплекса ГТО»;
- «Олимпийской викторины»;
- «Командной эстафеты»;
- «Послание олимпийской сборной».

Первая и вторая части Фестиваля, пройдут 31 января 2014 года, в соответствии с графиком, который будет сформирован после поступления всех заявок от общеобразовательных учреждений.

График будет направлен дополнительно в общеобразовательные учреждения 29 января 2014 года.

Третья часть Фестиваля состоится 1 февраля 2014 года с 13.00 часов, на базе СДЮСШОР № 9 (ул.Пионерская, 19 а).

На всех этапах Фестиваля участникам необходимо иметь сменную обувь.

В четвертой части Фестиваля принимают участие команда победитель и призеры. Команды должны продумать сценарий послания олимпийской сборной РФ в форме видеоролика. **3 февраля 2014 года**, в образовательные учреждения команд победителей и призеров, по предварительному согласованию, выедет оператор, который снимет подготовленный командами видеоролик на 3-5 минут.

3.3. Первая часть – программы «Сдача норм Комплекса ГТО» включает в себя:

- Тест - Наклон вперед с прямыми ногами, коснуться земли пальцами рук и удержать положение на 3 секунды (проводится перед первым упражнением «Комплекса ГТО», участвует вся команда), в случае не выполнения теста, участник снимается с испытаний «Комплекса ГТО», команде в этом случае зачисляется 0 баллов за данного участника.

- Упражнения физкультурного комплекса ГТО:

- мальчики – подтягивания на высокой перекладине (участвует 2 человека от команды);

- девочки – сгибание-разгибание рук в упоре лежа (участвует 2 человека от команды);

- мальчики – прыжок в длину с места (участвует 2 человека от команды);

- девочки – прыжок в длину с места (участвует 2 человека от команды);

Результаты выступления участников в программе «Комплекса ГТО» оцениваются по 100 очковым Таблицам (Приложение №2).

Каждый участник имеет право выступать только в 1 виде программы ГТО, не

считая участия в тесте «наклон вперед».

Все упражнения «Комплекса ГТО» проводятся по правилам полиатлона (Приложение 1).

Победитель и призёры в личном первенстве определяются по наибольшей сумме баллов, набранных лично во всех видах программы.

Победитель и призёры в командном первенстве определяются по наибольшей сумме баллов, набранных во всех видах программы.

3.4. Вторая часть - «Олимпийская викторина» проводится в учебном классе. Участвует вся команда. Все члены команды участвуют в заполнении тестов «Зимние Олимпиады».

После заполнения тесты опросника сдаются в судейскую коллегию.

Победитель и призёры в личном первенстве определяются по наибольшей сумме баллов (правильных ответов). При равенстве этого показателя - по наименьшему времени выполнения задания.

Победитель и призёры в командном первенстве определяются по наибольшей сумме баллов (правильных ответов), набранных всеми членами команды. При равенстве этого показателя - по наименьшему времени выполнения задания всеми членами команды.

3.5. Третья часть - «Командная эстафета» выполняется поочередно всеми участниками команды и включает в себя следующие этапы:

- «с кочки на кочку» (участнику необходимо преодолеть отрезок, перепрыгивая из одного обруча в другой (касаться земли снаружи обруча любой частью тела участника запрещается, в случае нарушения этого правила, команде начисляется штрафное время - 5 секунд).

- «посылка» (участнику необходимо перенести теннисный мяч с одного конуса на другой (мяч не должен касаться земли, в случае нарушения этого правила, команде начисляется штрафное время - 5 секунд).

- «бросок медведя» (участнику необходимо бросить набивной мяч (1 кг) из-за головы за контрольную линию, попадание мячом в контрольную линию засчитывается как выполнение задания, при недобросе мяча до контрольной линии, команде начисляется штрафное время - 5 секунд).

- «передача эстафеты» (участнику необходимо «передать эстафету» коснувшись тела следующего члена команды, находящегося за стартовой линией, при заступе стартующего участника за линию старта до «передачи эстафеты», команде начисляется штрафное время - 5 секунд).

Время прохождения эстафеты фиксируется судьями, для каждой команды отдельно.

Отсчет времени начинается при старте первого члена команды и останавливается при пересечении финишной линии последним членом команды.

Победитель и призёры в эстафете определяются по наименьшему времени (включая штрафное время).

3.6. По итогам четвертой части Фестиваля, лучший ролик будет размещен на официальном сайте департамента образования мэрии города Ярославля.

4. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Фестиваль проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного

порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности спортивных сооружений к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

5. Страхование участников

Участие в Фестивале осуществляется только при наличии оригинала договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев на каждого участника, который представляется в Мандатную комиссию.

6. Подведение итогов

Первая и вторая часть Фестиваля проводятся в личном и командном зачете. Третья часть Фестиваля проводится в командном зачёте.

По результатам каждой части Фестиваля, составляется рейтинг, где максимальное количество баллов получает первая команда в рейтинге, а минимальное – последняя. (Пример: при участии 10 команд лучший результат получает 10 баллов, а худший 1 балл.) Победителем Фестиваля считается команда, набравшая наибольшую сумму баллов по сумме двух частей программы Фестиваля.

При равенстве баллов у двух или более команд, преимущество отдается команде, показавшей лучший результат в «Эстафете».

Победитель и призёры в личном первенстве определяются по наибольшей сумме баллов, набранных лично во всех видах программы. При равенстве этого показателя преимущество отдается участнику, показавшему лучший результат в - «Олимпийской викторине» При равенстве этого показателя преимущество отдается участнику показавшей лучший результат в прыжках в длину.

По итогам четвертой части Фестиваля, лучший ролик будет размещен на официальном сайте департамента образования мэрии города Ярославля.

7. Награждение участников

Учащиеся (мальчики и девочки), занявшие в личном зачете (первой и второй части Фестиваля) 1, 2 и 3 место, награждаются медалями и дипломами.

Команды, занявшая 1 место в Эстафете, награждается Кубком и Дипломом. Команды, занявшие в Эстафете 2 и 3 места, награждаются Дипломами и памятными подарками.

Команда, занявшая 1 место в Общем зачете награждается Кубком, Дипломом и памятным подарком. Команды, занявшие в общем зачете 2 и 3 места награждаются Дипломами и памятными подарками.

Всем участникам фестиваля вручаются памятные значки и блокноты, подтверждающими участие в Фестивале «Команда будущих чемпионов».

8. Финансовые расходы

Расходы по оплате труда Главного судьи и Главного секретаря, награждению победителей и призеров Фестиваля в личном и командном зачете, а также расходы по изготовлению памятных сувениров и рекламно-пропагандистских материалов несет НП «СК «Буревестник-ВВ».

Данное Положение является официальным вызовом на Соревнования.

СИЛОВАЯ ГИМНАСТИКА

1. Общие положения

Соревнования по силовой гимнастике проводятся:

- в подтягивании на высокой перекладине - у мальчиков, юношей, мужчин;
- в сгибании-разгибании рук в упоре лёжа - у девочек, девушек, женщин;

2. Контрольное время для выполнения упражнений:

- подтягивание - для мальчиков и юношей 10-15 лет 3 мин;
- сгибание-разгибание рук в упоре лёжа - для девочек и девушек 10-15 лет 3 мин;

3. Условия организации соревнований

3.1. Соревнования должны проводиться в спортивных залах или на открытых площадках.

3.2. Снаряды для силовой гимнастики.

3.3. Стандартная гимнастическая перекладина:

- гриф диаметром 28 ± 1 мм;
- высота перекладины от пола 2750 ± 250 мм.

Указание: Допускается использование перекладин других размеров, конструктивные особенности которых не влияют на выполнение упражнения.

3.4. Подиум для контактной платформы шириной не менее 1500 x 2000 мм и Н-700 мм, контактная платформа, используемая для контроля за фиксацией сгибания рук в упражнении «сгибание-разгибание рук» в упоре лёжа (Приложение №4): высота платформы 50 ± 2 мм, ширина 200 ± 10 мм, длина (между кистями рук) 300 ± 10 мм. Платформа должна быть оборудована устройствами (световым или звуковым) для сигнализации о касании грудью платформы и приспособлением для контроля углов (по 45°) разведения локтей относительно оси туловища. Места постановки кистей рук не должны иметь боковых ограничителей.

3.5. Подтягивание на высокой перекладине

3.6. Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения (ИП) - вис хватом сверху, с выпрямленными в вертикальной плоскости руками, туловищем и ногами, руки на ширине плеч, стопы вместе. Указание: Положение «руки на ширине плеч» определяется в ИП расстоянием между указательными пальцами рук участника, которое не должно отклоняться более, чем на ширину ладони в меньшую или в большую стороны от ширины его плеч.

3.7. При подтягивании участник обязан:

- из ИП подтянуться непрерывным движением, подняв подбородок выше грифа перекладины;
- опуститься в вис;
- самостоятельно остановить раскачивание.

3.8. При подтягивании участнику запрещено:

- наносить на ладони или гриф клеящие вещества, включая канифоль;
- отталкиваться от пола и касаться других предметов;
- делать «рывки», «взмахи», волны ногами или туловищем;
- сгибать руки поочерёдно;
- висеть на одной руке;
- применять накладки;
- отпускать хват, раскрыв ладонь;
- перехват рук вдоль или поперек грифа перекладины, раскрыв ладонь;
- останавливаться при выполнении очередного подтягивания.

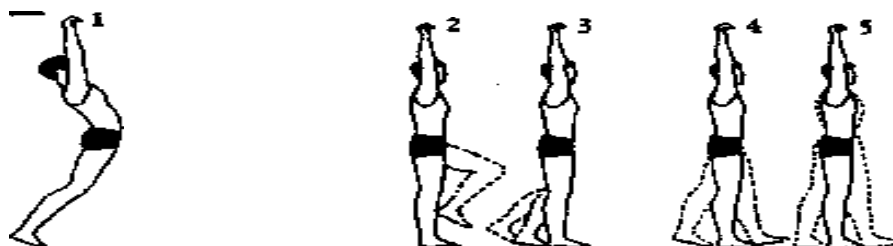
3.9. Каждое правильно выполненное подтягивание отмечается командой «Есть!», подаваемой старшим судьёй после фиксации на 0,5 сек ИП. Команда «Есть!» является одновременно разрешением на продолжение упражнения и сопровождается объявлением счёта засчитанных подтягиваний судьёй-счётчиком.

3.10. Подтягивание на высокой перекладине. Ошибки участников.

Правильно



Ошибки



"Нет фиксации ИП" "Рывок" "Взмах голеньями" "Взмах бёдрами" "Волна"

Название ошибки	Видимое проявление ошибки
"Подбородок"	Подбородок не поднялся выше грифа перекладины
"Нет фиксации"	Участник не принял ИП на 0,5 сек (рис. 1)
"Рывок" (бёдрами и т.д.)	Резкое движение в одну сторону (рис. 2)
"Взмах" (голеньями и т.д.)	Маятниковое движение с остановкой (рис. 3,4)
"Волна"	Поочерёдное резкое нарушение прямой линии ногами и т.д. (рис. 5)
"Поочерёдно"	Явно видимое поочерёдное сгибание рук
"Руки согнуты"	При приходе в ИП руки согнуты в локтевых суставах
"Перехват"	Участник раскрыл ладонь (судья увидел лицевую сторону ладони)
"Остановка"	Участник остановился при подтягивании, нарушив непрерывность
"Рывок головой"	Резкое движение головой вверх
"Ноги согнуты"	При движении вверх ноги согнуты в коленных суставах

4 Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа

4.1. Сгибание-разгибание рук выполняется из исходного положения (ИП) упора лёжа: выпрямленные перед собой руки упираются в подиум для контактной платформы (пол) на ширине плеч пальцами вперёд; плечи, туловище и ноги составляют прямую линию, ноги разведены на ширину стопы, пальцы стоп упираются в подиум для контактной платформы (пол) без дополнительного упора.

Указание: Расстояние между указательными пальцами рук не должно превышать ширины плеч участницы.

4.2. При сгибании-разгибании рук участница обязана:

- из ИП, согнув руки, прикоснуться грудью к контактной платформе;
- разогнув руки, вернуться в ИП;
- зафиксировать на 0,5 сек видимое для судьи ИП.

4.3. Участнице запрещено:

- задерживаться с принятием стартового ИП после команды «Начинайте!»;
- во время отдыха нарушать ИП;
- создавать упоры для ног;
- касаться бёдрами пола;
- разводить локти относительно осевой линии туловища более, чем по 45°;
- делать «рывки» и «волны» головой, плечами, туловищем;
- останавливаться во время выполнения очередного сгибания-разгибания рук;
- касаться платформы грудью более 1 сек.

4.4. Участница имеет право:

- выполнять сгибание-разгибание рук с ускорением или замедлением;
- отдыхать в ИП.

4.5. Каждое правильно выполненное сгибание-разгибание рук отмечается командой «Есть!», подаваемой старшим судьёй после фиксации на 0,5 сек ИП. Команда «Есть!» является одновременно разрешением на продолжение упражнения и сопровождается объявлением счёта засчитанных сгибаний-разгибаний рук судьёй-счётчиком.

Ошибки при выполнении упражнения сгибание-разгибание рук в упоре лёжа

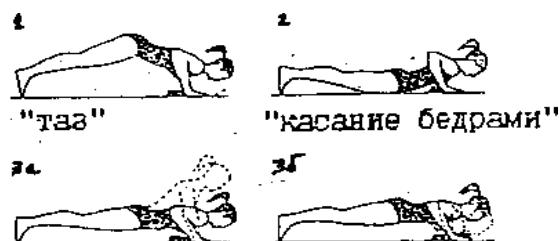
Название ошибки	Видимое проявление ошибки
"Нет касания"	Участница не коснулась грудью контактной платформы
"Нет фиксации"	Участница не приняла ИП на 0,5 сек.
"Плечи"	«Плечи-туловище-ноги», нарушили прямую линию, уйдя вверх или вниз от туловища
"Бёдра"	Бёдра касаются пола
"Таз"	Таз нарушил прямую линию «плечи-туловище-ноги»
"Волна"	Поочерёдное нарушение прямой линии плечами, тазом и т.д.
"Поочерёдно"	Явно видимое поочерёдное сгибание или разгибание рук
"1 сек."	Участница более 1 сек. лежит на контактной платформе
"Угол"	При выполнении упражнения локти разведены относительно оси туловища более, чем по 45 градусов
"Нарушено исходное"	Во время отдыха нарушено ИП
"Рывок головой"	Резкое движение головой вверх

Правильно

ИП



Ошибки



"плечи"

"плечи"

6. **Прыжок в длину с места** выполняется на ровной поверхности.

6.1. Места отталкивания и приземления должны находиться на одном уровне высоты.

6.2. Участнику предоставляется 3 попытки.

6.3. Оценка прыжка определяется по лучшему результату, показанному в 3 попытках.

6.4. Участнику запрещается заступать (наступать) на линию старта.

6.5. Результат прыжка участника фиксируется по ближней отметке от линии старта после приземления.

6.6. Измерение проводится после принятия участником неподвижного положения.

Таблица подсчета очков для фестиваля «Команда будущих Олимпийцев»

мальчики					девочки				
Очки	Подтягивание	Прыжок в длину см.	Сгибание-разгибание рук 3 мин	Прыжок в длину см.	Очки	Подтягивание	Прыжок в длину см.	Сгибание-разгибание рук 3 мин	Прыжок в длину см.
100	33	325	85	260	50	12	250	15	210
99	-	324	82	259	49	-	248	-	208
98	32	323	79	258	48	-	246	14	206
97	-	322	76	257	47	11	244	-	204
96	31	321	73	256	46	-	242	13	202
95	-	320	70	255	45	-	240	-	200
94	30	319	68	254	44	10	238	12	198
93	-	318	66	253	43	-	236	-	196
92	29	317	64	252	42	-	234	11	194
91	-	316	62	251	41	9	232	-	192
90	28	315	60	250	40	-	230	10	190
89	-	314	58	249	39	-	228	-	188
88	27	313	56	248	38	8	226	9	186
87	-	312	54	247	37	-	224	-	184
86	26	311	52	246	36	-	222	-	182
85	-	310	50	245	35	-	220	8	180
84	25	309	49	244	34	7	218	-	178
83	-	308	48	243	33	-	216	-	176
82	24	307	47	242	32	-	214	7	174
81	-	306	46	241	31	-	212	-	172
80	23	305	45	240	30	6	210	-	170
79	—	304	44	239	29	-	208	6	168
78	22	303	43	238	28	-	206	-	166
77	-	302	42	237	27	-	204	-	164
76	21	301	41	236	26	5	202	-	161
75	-	300	40	235	25	-	200	5	158
74	20	298	39	234	24	-	197	-	155
73	-	296	38	233	23	-	194	-	152
72	-	294	37	232	22	-	191	-	149
71	19	292	36	231	21	4	188	4	146
70	-	290	35	230	20	-	185	-	143
69	-	288	34	229	19	-	182	-	140
68	18	286	33	228	18	—	178	-	137
67	-	284	32	227	17	-	174	-	134
66	-	282	31	226	16	3	170	3	131
65	17	280	30	225	15	-	166	-	128
64	-	278	29	224	14	-	162	-	125
63	-	276	28	223	13	-	158	-	122
62	16	274	27	222	12	-	154	-	119
61	-	272	26	221	11	2	150	2	116
60	-	270	25	220	10	-	146	-	113
59	15	268	24	219	9	-	142	-	110
58	-	266	23	218	8	-	138	-	106
57	-	264	22	217	7	-	134	-	102
56	14	262	21	216	6	1	130	1	98
55	-	260	20	215	5	-	125	-	94
54	-	258	19	214	4	-	120	-	90
53	13	256	18	213	3	-	114	-	84
52	-	254	17	212	2	-	107	-	76
51	-	252	16	211	1	-	100	-	66

Форма заявки команды участницы фестиваля

Полное название учебного заведения _____

адрес: _____

телефон: +7 (____) _____

электронная почта (e-mail): _____

№	ФИО членов команды	Дата рождения	Вид испытания «Комплекса ГТО»
1			Прыжок в длину
2			Прыжок в длину
3			Прыжок в длину
4			Прыжок в длину
5			Подтягивание
6			Подтягивание
7			Отжимание
8			Отжимание

Допущено к участию в фестивале всего 8 (восемь) учащихся

Врач: (ФИО)

М.П.

Директор образовательного учреждения: (ФИО)

М.П.

Преподаватели физической культуры:

Руководители команды (сопровождающие):