



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА ЯРОСЛАВЛЯ

П Р И К А З

29.01.2026

№ 01-05/69

О проведении Городской спортивно-оздоровительной кампании учащихся города Ярославля

С целью развития массового физкультурно-спортивного движения в образовательных организациях, привлечения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, в соответствии муниципальной программой «Развитие образования в городе Ярославле» на 2023–2028 годы

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Провести с 02.02.2026 по 06.03.2026 Городскую спортивно-оздоровительную кампанию учащихся города Ярославля.

2. Поручить организацию и проведение Городской спортивно-оздоровительной кампании учащихся города Ярославля муниципальному образовательному учреждению дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей Заволжского района» (Брожевич И.В.), муниципальному образовательному учреждению дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей Кировского и Ленинского районов» (Березенкова Ю.Б.), муниципальному образовательному учреждению дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей Фрунзенского и Краснопереконского районов» (Фролова Ю.В.), муниципальному образовательному учреждению дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей Дзержинского района» (Мирошников М.В.).

3. Утвердить Положение о проведении Городской спортивно-оздоровительной кампании учащихся города Ярославля (приложение).

4. Руководителям образовательных организаций организовать формирование команд и выполнение заданий, согласно Положению.

5. Муниципальному образовательному учреждению дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей Заволжского района» (Брожевич И.В.):

5.1. Представить в департамент на согласование заместителю директора департамента (Ильина Е.А.) смету расходов на проведение Городской спортивно-оздоровительной кампании учащихся города Ярославля.

5.2. Произвести оплату расходов в соответствии со сметой за счет средств, предусмотренных муниципальной программой «Развитие образования в городе Ярославле» на 2023–2028 годы.

6. Контроль за исполнением приказа возложить на начальника отдела дополнительного образования и воспитательной работы Абрамову Е.Г.

Заместитель директора-
начальник управления



А.Г. Гуськов

Приложение

УТВЕРЖДЕНО

приказом департамента образования мэрии
города Ярославля от 29.01.2026 № 01-05/69

ПОЛОЖЕНИЕ **о Городской спортивно- оздоровительной кампании** **учащихся города Ярославля**

I. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о Городской спортивно-оздоровительной кампании (далее – СОК) определяет цель, задачи, порядок организации и проведения СОК среди учащихся общеобразовательных организаций, организационное и методическое обеспечение соревнований, порядок участия и определения победителей соревнований.

1.2. Учредителем Городской спортивно-оздоровительной кампании (СОК) является департамент образования мэрии города Ярославля.

1.2. Подготовку и проведение СОК осуществляют организаторы – районные координационные советы старшеклассников

1.3. СОК основывается на следующих принципах:

- а) добровольность участия;
- б) доступность участия в мероприятии по времени и месту проведения, с учётом режима образовательной организации;
- в) посильность и соответствие соревновательных упражнений уровню подготовленности, полу и возрасту занимающихся;
- г) безопасность участников;
- д) объективность определения результатов участников.

II. Цели и задачи

2.1. Целью СОК является формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни, а также активизации ученического самоуправления.

Задачи СОК:

- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризация физической культуры и спорта;
- организация содержательного, познавательного-развлекательного досуга детей и подростков;
- увеличение числа обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом в образовательной организации.

III. Участники СОК

Участниками СОК являются команды обучающиеся образовательных организаций в возрасте 11-12 лет и 16-17 лет, при отсутствии противопоказаний для занятий спортом.

Образовательная организация может представлять любое количество команд.

Каждая команда состоит из 6 человек: 3 мальчика, 3 девочки.

Команды делятся по двум возрастным категориям:

I – 11-12 лет

II – 16-17 лет.

Для участия в СОК необходима спортивная форма, спортивная обувь.

IV. Условия и порядок проведения СОК

4.1. Спортивно-оздоровительная кампания проводится в три этапа:

– 1 этап: подача заявок образовательными организациями до **09.02. 2026**.

– 2 этап: проведение испытаний, сбор командных ведомостей с результатами в районных координационных советах учащихся **16.02.2026 - 28.02.2026**

– 3 этап: подсчет результатов и объявление победителей **01.03- 06.03.2026**

4.2. Порядок и сроки подачи заявок

Для участия в СОК необходимо в срок до **9 февраля 2026** года направить:

– заявку по форме приложения 1 (формат doc.).

Документы прикрепляются к одному письму. Тема письма – «СОК (название образовательного учреждения)» на электронный адрес:

- Кировский и Ленинский район – voshozhdenie.yaroslavl@yarregion.ru,

- Заволжский район – lad.konkurs@yandex.ru,

- Дзержинский район – orgped.vityaz@mail.ru,

- Красноперекоский район – ddt.ya@yandex.ru,

- Фрунзенский район – cvr_gloriya@mail.ru.

4.3. Условия выполнения испытаний.

Испытания организуются во внеурочное время учителем физкультуры в присутствии представителя районного координационного совета учащихся или представителя актива старшеклассников школы (куратора).

4.3.1 Учитель физкультуры:

определяет время проведения соревнований,

готовит спортивный зал и спортивное оборудование соревнований,

несет ответственность за объективное и безопасное проведение соревнований

4.3.2. Куратор:

следит за соблюдением правил соревнований,

заносят результаты испытаний в протокол (командную ведомость) и передает протокол в районный координационный совет не позднее **28.02.2026**.

V. Содержание и структура СОК

5.1. В ходе СОК команды соревнуются в выполнении 8 видов испытаний.

5.2. Основу соревнований СОК составляют виды испытаний и нормативы, предназначенные для определения уровня развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости) и уровня овладения основными прикладными навыками (прыжки через скакалку, метание и тд).

1. Челночный бег 3x10 метров.

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твёрдым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш».

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, осуществляет её

касание и преодолевает последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш».

2. Прыжок в длину с места.

Прыжок в длину с места выполняется в секторе для горизонтальных прыжков, оборудованном по общим правилам, установленным для этой разновидности технических видов.

Участник принимает исходное положение (ИП) – ноги на ширине плеч, ступни – параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешён. Измерение производится по перпендикулярной прямой, от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачёт идет лучший результат.

Ошибки(в протоколе делаются пометки):

- заступ за линию отталкивания или касание её.
- выполнение отталкивания с предварительного подскока.
- отталкивание ногами разновременно.

3. Метание теннисного мяча в цель.

Метание теннисного мяча (80 г) в цель производится с расстояния 6 метров в закрепленный на стене гимнастический обруч (диаметром 90 см). Нижний край обруча находится на высоте 2 м от пола.

Участнику предоставляется право выполнить пять бросков.

Засчитывается количество попаданий в площадь, ограниченную обручем (попадание в край обруча засчитывается в пользу участника).

4. Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа на полу.

Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа выполняется из ИП: упор лёжа на полу, руки на ширине плеч, кисти – вперед, локти разведены не более 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Пальцы стоп упираются в пол без опоры.

Участник выполняет максимальное количество сгибаний рук (за 1 мин.). Сгибая руки, необходимо прикоснуться грудью к полу, затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний-разгибаний рук, фиксируемых счётом судьи.

Ошибки(в протоколе делаются пометки):

- касание пола бёдрами.
- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги».
- отсутствие фиксации на 0,5 сек. ИП.
- разновременное разгибание рук.

5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине.

Поднимание туловища из положения лёжа выполняется из ИП: лёжа на спине на гимнастическом мате, пальцы рук «в замке» за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу, лопатки касаются мата.

Участник выполняет максимальное количество подъемов туловища (за 1 мин.), касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подъемов туловища.

Для выполнения задания создаются пары, один из партнёров выполняет упражнение, другой – удерживает его ноги за ступни и голени. Время выполнения упражнения одна минута. Затем участники меняются местами.

Ошибки(в протоколе делаются пометки):

- отсутствие касания локтями бёдер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- пальцы разомкнуты «из замка»;
- смещение таза.

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из ИП: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10–15 см. Линейка измерения прикреплена к скамье - 30-40 см вниз, «0» - верхний край скамьи.

Участник, при выполнении задания, по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Результат засчитывается по кончикам пальцев, достигшим наибольшей цифровой отметки. В случае потери равновесия при выполнении испытания, допускается повторное выполнение.

Ошибки (в протоколе делаются пометки):

- сгибание ног в коленях.
- фиксация результата пальцами одной руки.
- отсутствие фиксации результата в течение двух секунд.

7. Прыжки через скакалку.

Прыжки выполняются двумя ногами одновременно в течение 1 минуты из ИП: стоя на полу, скакалка в руках, за спиной, вращение скакалки вперед.

Участник выполняет максимальное количество прыжков через скакалку за 1 мин.),

8. Разгадывание кроссворда на время.

Кроссворд выдается команде непосредственно перед выполнением задания. Необходимо отгадать кроссворд за минимальное количество времени. Максимальное время выполнения задания – 10 минут.

VI. Подведение итогов, выявление победителей, награждение.

6.1. В ходе испытаний по каждому виду ведется протокол. Затем командные результаты заносятся в командную ведомость (приложение 2).

Командная ведомость передается в районный координационный совет учащихся не позднее **28.02.2026**.

6.2. При проведении итогов, места определяются по принципу сравнения результатов команд среди всех участвующих команд.

6.3. Участники СОК награждаются электронными сертификатами участников, победители в каждой возрастной категории – кубками и дипломами за 1,2,3 место.

Учителя физкультуры, помогающие в организации СОК - благодарственными письмами.

VII. Дополнительная информация

Дополнительную информацию по вопросам проведения СОК можно получить в районных координационных советах учащихся:

- Кировский и Ленинский район - ЦДО «Восхождение»

(Молчанова Мария Геннадьевна, тел. 89301078874),

- Заволжский район - ЦДО «ЛАД»

(Куканова Нина Михайловна, тел. 89051305581)

- Дзержинский район - ЦДО «Витязь»

(Цветкова Юлия Евгеньевна, тел. 51-64-51, 89051378271),

- Краснопереконский район – ЦДО «Дом творчества Краснопереконского района»
(Шлыкова Дарья Сергеевна, тел. 89036911426),
- Фрунзенский район - ЦДО «Глория»
(Тимофеева Полина Андреевна, 89159918979).

ЗАЯВКА
для участия в спортивно- оздоровительной компании
учащихся школ г. Ярославля

Название образовательного учреждения	
Возрастная категория участников	
ФИО участников	Дата рождения
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
ФИО, должность представителя школы (учителя физкультуры), контактный номер телефона (обязательно) , ответственного за проведение СОК	

Руководитель образовательной организации _____

_____ подпись

_____ расшифровка

МП

« ____ » _____ 2025год

