

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении 38-й городской спартакиады школьников**  
**5 - 9 классов МО Сосновоборский городской округ**  
**на 2012-2013 учебный год**

**I. Цели и задачи.**

Спартакиада проводится с целью:

- ◆ вовлечения учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- ◆ повышения уровня двигательной активности и укрепления здоровья учащихся;
- ◆ выполнения всех разделов учебной программы по физической культуре;
- ◆ выявления лучших школ в постановке учебной и внеклассной работы по физическому воспитанию учащихся.

**II. Организация и руководство Спартакиадой.**

Городскую спартакиаду учащихся 5 - 9 классов проводит Комитет образования. Непосредственное проведение соревнований возлагается на ДДЮТ и Э «Ювента», ДЮСШ и судейские коллегии по видам спорта. Главный судья спартакиады – Омельчак А.А., методист ГМК

**III. Время и место проведения.**

Спартакиада проводится в период с 1 сентября 2012 года по 17 мая 2013 года в три этапа:

- 1 этап – массовые внутришкольные соревнования учащихся 5 – 9 классов;
- 2 этап – городские соревнования;
- 3 этап – участие в полуфинальных и финальных соревнованиях 48 ОСШ.

**IV. Программа спартакиады.**

| № п.п. | Вид                        | Дата проведения     | Участники                |
|--------|----------------------------|---------------------|--------------------------|
| 1.     | Бег 1000 м                 | 26.09.2012 г.       | 7кл. - юноши ,девушки    |
| 2.     | Метание мяча               | 26.09.2012 г.       | 7 кл. - юноши, девушки   |
| 3.     | Эстафета, прыжки в длину   | 26.09.2012 г.       | 7 кл. - юноши, девушки   |
| 4.     | Мини-футбол                | 1.10-11.10.2012г.   | 6 кл. - юноши            |
| 5.     | ОФП                        | 20.11.2012 г.       | 8 класс-юноши, девушки   |
| 6.     | Лыжные гонки               | 20.02.2013г.        | 9 класс                  |
| 7.     | Баскетбол                  | 11.02-05.03.2013г.  | Сборная юношей 7-8 кл    |
| 8.     | Баскетбол                  | 11.02-05.03.2013г.  | Сборная девушек 7-8 кл   |
| 9.     | Плавание                   | 04.04.2013г         | 5 кл –мальчики, девочки. |
| 10.    | «Президентские состязания» | Январь – май 2013г. | по жеребьевке ГСК        |

**Полуфинальные соревнования 48-й ОСШ**

| № п.п. | Вид            | Дата проведения | Участники            | Место проведения |
|--------|----------------|-----------------|----------------------|------------------|
| 1.     | Мини-футбол    | 18.10.12        | класс-победитель ГСШ | г. Кировск       |
| 2.     | Баскетбол дев. | 13.03.13 г.     | класс-победитель ГСШ | г. Волхов        |
| 3.     | Баскетбол юн.  | 14.03.13 г.     | класс-победитель ГСШ | г. Волхов        |

**Финальные соревнования 48-й ОСШ**

| № п.п. | Вид  | Дата проведения      | Участники  | Место проведения |
|--------|--|----------------------|--|------------------|
| 1.     | Л/а: бег 1000 м, метание, эстафета, прыжки в длину | 04.10.2012           | 7 класс-победитель ГСШ                                 | г. Гатчина       |
| 2.     | Мини-футбол  | 25.10.10.<br>2012 г. | 6 класс-победитель полуфинальных соревнований 48-й ОСШ | г. Кировск       |

|    |                            |                   |                                   |             |
|----|----------------------------|-------------------|-----------------------------------|-------------|
| 3. | ОФП                        | 06.12.12          | 8 класс-победитель ГСШ            | г.Отрадное  |
| 4. | Лыжные гонки               | 27.02.13г.        | класс – победитель ГСШ            | п.Токсово   |
| 5. | Плавание                   | 10.04.13г.        | 5 класс-победитель ГСШ            | п.Агалатово |
| 6. | Баскетбол                  | 20.03.13 г.       | 8 класс – победитель              | г. Волхов   |
|    |                            | девушки           | полуфинальных                     |             |
| 7. | Баскетбол                  | 21.03.13 г.       | соревнований                      | г.Волхов    |
|    |                            | юноши             | 47 ОСШ среди к-д девушек и юношей |             |
| 8. | «Президентские состязания» | Январь- май 2013. | по жеребьевке ГСК                 | г.Тосно     |

#### **V. Участники Спартакиады.**

В спартакиаде участвуют учащиеся 5 – 9 классов школ города. Возраст учащихся ограничивается только классом, в котором обучается школьник. Классы коррекции и компенсирующего обучения к участию в спартакиаде не допускаются. В индивидуальных видах программы спартакиады может выступать весь класс, в эстафетах и спортивных играх - по одной команде.

#### **VI. Зачёт и определение победителей.**

В спартакиаде разрешается выступать всему классу. В зачёт идут 50 % лучших результатов у юношей и 50 % у девушек от списочного состава класса на момент соревнований. В городском (зональном) этапе спартакиады класс – победитель определяется независимо от группы школ.

Общеклассное место школы в Спартакиаде определяется по двум показателям (наименьшей сумме очков-мест):

- 1) качеству - наименьшей сумме мест в 5 видах программы из 7;
- 2) массовому участию школы во всех видах программы спартакиады.

В случае равенства суммы мест по 1 показателю преимущество получает школа, имеющая больше 1,2,3 и последующих мест в видах спартакиады. В случае равенства суммы мест у двух школ и более по двум показателям (качество, массовость) преимущество получает школа, имеющая лучшие результаты в 1 показателе. В остальных случаях школа победитель определяется по положению 48-й ОСШ.

Победитель в каждом виде программы спартакиады определяется:

- л/а – по наименьшей сумме мест, занятых командами юношей и девушек в беге на 1000 м, метании мяча, эстафете, общефизическая подготовка;
- «Президентские состязания» - по положению 48-й ОСШ;
- баскетбол – по наименьшей сумме мест, занятых командами юношей и девушек отдельно в параллели 7-8 кл.;
- плавание – общеклассное место определяется по наименьшей сумме очков-мест команд мальчиков + девочек + результат в эстафете;
- лыжные гонки (эстафета) - по положению 48-й ОСШ.

В случае равенства суммы мест команд юношей и девушек в виде спартакиады класс-победитель определяется по положению 48-й ОСШ.

В случае неявки зачётного количества участников, команд, выступление школы оценивается как неполный зачёт, и школы, имеющие неполный зачёт идут после школ с полным зачётом.

За неправильно заявленного участника соревнований команда снимается с данного вида программы и не рассматривается при определении мест.

#### **VII. Награждение.**

Коллективы физической культуры школ, занявшие 1, 2, 3 места в общеклассном зачёте спартакиады, награждаются дипломами соответствующих степеней и кубками. Команды классов, занявшие 1, 2, 3 место в каждом виде соревнований награждаются дипломами соответствующих степеней.

В командных соревнованиях ГСШ за 1-е место отдельно награждаются команды юношей и девушек денежным призом. В соревнованиях по спортивным играм: баскетболу, мини-футболу за 1-е место команды награждаются денежным призом. Размер денежного приза определяется объемом средств, выделенных на подведение итогов спортивных соревнований в ДМЦП «Приоритетные направления развития системы образования Сосновоборского городского округа на 2011-2015 годы».

#### **VIII. Условия приёма.**

Расходы по проведению городской спартакиады школьников (оплата судей, награждение, канцелярские расходы) и участие школ в полуфинальных и финальных соревнованиях 48-й ОСШ несёт Комитет образования.

Учитель физкультуры представляет в судейскую коллегию соревнований следующие документы:

- именную заявку по форме, заверенную директором школы, классным руководителем, врачом школы, (см. приложение № 1.
- список всего класса на 1 сентября 2012 года, заверенный директором школы.

#### **IX. Условия проведения соревнований.** **Легкая атлетика**

### **1. Бег 1000 метров.**

Соревнования проводятся на беговой дорожке с твердым покрытием, в любой спортивной обуви. В одном забеге участвуют 10-12 учащихся из разных школ.

### **2. Метание мяча на дальность.**

Соревнования по метанию мяча на дальность весом 150 гр. проводятся согласно правилам соревнований по л/а. Участники выполняют по 3 попытки, засчитывается лучшая. Измерение проводится с точностью до 0,5 м в сторону уменьшения.

### **3. Эстафета, смешанная, встречная.**

3 девочки + 3 мальчика x 60 метров. Расстановка участников на этапах по Положению 48 ОСШ.

Участники выступают без шиповок, в любой спортивной обуви. Участники принимают эстафетную палочку из исходного положения стоя на месте. Каждый участник может выступать в двух видах и эстафете.

#### **Мини-футбол**

Состав команды 6 игроков. От школы участвует команда 7 класса. Команда выступает в единой форме с номерами. Игры проводятся на открытых площадках по действующим правилам. Время игры: 2 тайма по 15 мин «грязного» времени. В случае ничейного результата победитель определяется в серии 6-ти метровых ударов по правилам игры в мини-футбол. Соревнования проводятся по подгруппам, в один круг, по круговой системе с проведением стыковых игр между командами 1-й и 2 подгруппы.

#### **Плавание**

Программа соревнований:

– смешанная эстафета 8 этапов по 25 м произвольным стилем, расстановка участников на этапах по положению 48 ОСШ;

– плавание произвольным стилем 25 м, без финалов.

В соревновании от школы участвует команда 5-х классов. Состав команды: 4 мальчика + 4 девочки. Место команд мальчиков и девочек определяется по сумме времени 4-х участников. Общеконандное первенство определяется по наименьшей сумме очков-мест команд мальчиков + девочек + эстафете.

Соревнования проводятся в 25-ти метровом бассейне.

#### **Лыжные гонки**

В соревнованиях от школы выступает одна команда 7 - го класса.

Состав команды – 4 юноши + 4 девушки.

- Смешанная эстафета в 8 этапов:

|                |        |                  |        |
|----------------|--------|------------------|--------|
| этап – юноша   | x 2 км | 5 этап – юноши   | x 1 км |
| этап – девушка | x 2 км | 6 этап – девушки | x 1 км |
| этап – юноши   | x 2 км | 7 этап – юноши   | x 1 км |
| этап – девушки | x 2 км | 8 этап – девушки | x 1 км |

- Массовый старт на 1 км для юношей и 1 км для девушек.

### **Зачет и определение командного места.**

Командное место школы определяется по наименьшей сумме мест-очков в эстафете, месте в массовом старте у юношей и у девушек. Места в массовом старте идут с коэффициентом «3».

#### **Баскетбол**

В соревнованиях принимают участие команды юношей и девушек 7-8 классов. Состав команд: 10 юношей, 10 девушек.

Участники команд должны иметь одинаковую спортивную форму согласно правил проведения соревнований. Соревнования проводятся по круговой системе в 1 круг. Время игры: 2 тайма по 15 мин.

За победу команда получает 2 очка, поражение – 1 очко, неявка – 0 очков. Команда – победительница определяется по наибольшей сумме очков, набранных командой во всех встречах. Все игры проводятся до выявления победителя.

В случае равенства очков у двух команд и более победитель определяется:

- по встрече между этими командами;
- по среднему соотношению забитых и пропущенных мячей в играх между этими командами

#### **Общая физическая подготовка (ОФП). «Президентские состязания».**

##### **Программа:**

В соревнованиях участвует сильнейший класс от школы по жеребьевке ГСК 15.04.12г.

Юноши:

- челночный бег 4x9 м;
- Подъем туловища из и.п. «лежа на спине»;
- Подтягивание на высокой перекладине;

Девушки:

- челночный бег 4x9 м;
- Подъем туловища из и.п. «лежа на спине»;
- Наклон вперед из положения «сидя на полу» на гибкость;
- Смешанная эстафета – встречная в челночном беге 6x9м (3ю + 3д).

Каждый участник может выступать в 3-х видах и эстафете.

**Челночный бег 4 х 9 м.** На полу наносятся параллельные линии «А» и «Б» на расстоянии 9 метров, снаружи к ним наносятся квадраты 50х50 см. В квадрат на линии «Б» кладут 2 кубика размером 5х5х10 см. Участник стартует с линии «А», добегаёт до линии «Б», берёт в руки кубик и бежит к линии «А», кладёт (не бросать) его в квадрат на линии «А». Каждый участник должен выполнить 2 цикла «туда и обратно».

Окончанием теста служит пересечение участником линии «А». Результат фиксируется до 0,1 сек.

**Подъём туловища из и.п. «лежа на спине».** Руки за головой, локти вперед, пальцы «в замок», ноги согнуты, колени на баскетбольном мяче, ступни прижаты партнером к полу. Фиксируется количество подъемов туловища до касания локтями колен и спиной пола за 30 секунд. Дается одна попытка.

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

**Наклон вперед «из положения сидя» (девушки).** На полу обозначают центровую и перпендикулярную линии. Исходное положение: сидя на полу, пятки ног касаются центральной линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними 20-30 см. Выполняется 3 наклона вперед, не сгибая колен, на 4-м наклоне фиксируется результат на перпендикулярной линии, размеченной до сантиметра, при касании ее кончиками пальцев обеих рук. Положение пальцев фиксируется не менее 2-х секунд. Результат оценивается в сантиметрах.

**Смешанная эстафета - встречная.** 3 девочки + 3 мальчика. Эстафета проводится на площадке, размеченной для челночного бега. В точке «А» и «Б» устанавливаются стойки высотой - 1,5 м. Три участника, независимо от пола, находятся на линии «А» и три участника на линии «Б». В квадрат на линии «Б» кладут два кубика. Первый участник стартует с линии «А», добегаёт до линии «Б», берёт из квадрата один кубик, возвращается к линии «А», кладет кубик в квадрат, бежит к линии «Б», берет второй кубик, добегаёт до линии «А», кладет кубик в квадрат и возвращается к линии «Б», передаёт эстафету хлопком по руке следующему участнику, который принимает её из положения стоя на месте, а рука находится за стойкой. Результат фиксируется после пересечения последним участником линии «А» с точностью до 0,1 сек.

#### **Зачет и определение командного места.**

Командное место в каждом виде соревнований по ОФП определяется по среднему результату зачетных участников команд юношей и девушек.

Общеконандное первенство по ОФП для школ каждой группы определяется по наименьшей сумме очков-мест команд юношей и девушек в 3-х видах + результат эстафеты. За 1 место дается 1 очко, за 2 место - 2 и т.д. в эстафете – с коэффициентом 0,5. В случае равенства суммы мест-очков преимущество по результату (абсолютному времени) эстафеты.

ЗАЯВКА

Команды \_\_\_\_\_ школы \_\_\_\_\_ класса

МО Сосновоборский городской округ для участия в соревнованиях \_\_\_\_\_

по \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_

Учитель физической культуры (данного класса) \_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

Сопровождающий, ответственный за команду во время соревнований \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., должность)

| № п/п        | Ф.И. (без сокращений!)<br>в полном составе | Занимается в<br>ДЮСШ (да, нет) | Виза врача<br>о допуске |
|--------------|--|--------------------------------|-------------------------|
|              | <b>Юноши</b>                               |                                |                         |
| 1.           |  |                                |                         |
| 2.           |  |                                |                         |
| 3.           |  |                                |                         |
| 4.           |  |                                |                         |
| 5.           |  |                                |                         |
| 6.<br>и т.д. |  |                                |                         |
|              | <b>Девушки</b>                             |                                |                         |
| 1.           |  |                                |                         |
| 2.           |  |                                |                         |
| 3.           |  |                                |                         |
| 4.           |  |                                |                         |
| 5.           |  |                                |                         |
| 6.<br>и т.д. |  |                                |                         |

В классе \_\_\_\_\_ человек, в т.ч. девочек \_\_\_\_\_ мальчиков \_\_\_\_\_

Директор школы \_\_\_\_\_

Классный руководитель \_\_\_\_\_

Учитель физической культуры (сопровождающий)

\_\_\_\_\_  
Врач \_\_\_\_\_

М.П.