

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ города Рязани
«Спортивный комплекс «Химик»»



В.А. Горшков

УТВЕРЖДАЮ
Начальник управления по
физической культуре и массовому спорту
администрации города Рязани



М.В. Кашеева

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении IV физкультурно-спортивного фестиваля «Спорт и мода. Мода на спорт»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Физкультурно-спортивный фестиваль «Спорт и мода. Мода на спорт» (далее – Фестиваль) проводится в целях:

- пропаганды физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- привлечение детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- введение и апробации видов испытаний и норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ

Фестиваль проводится в г. Рязани в 3 этапа:

- 1 этап – внутришкольное тестирование – с 15 ноября по 23 ноября 2017 г.
результаты проведения представить в оргкомитет до 12.00 24.11.2017г.;
- 2 этап – спортивные мероприятия Фестиваля – 27 - 28 ноября 2017 г.;
- 3 этап – финал Фестиваля – 18 декабря 2017 г.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет Управление по физической культуре и массовому спорту администрации города Рязани (далее - Управление).

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на судейскую коллегию, утвержденную Управлением.

IV. УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ

Соревнования командные.

Возраст участников – 16-17 лет (на момент проведения соревнований).

1 этап - воспитанники ДЮСШ, СДЮСШОР и спортивных муниципальных учреждений города Рязани.

2 этап – сборная команда школы (победители первого этапа Фестиваля), состав 4 человека (2 девушки, 2 юноши) и 1 представитель от ДЮСШ, СДЮСШОР и спортивных муниципальных учреждений города Рязани;

3 этап – сборная команда школы (победители второго этапа Фестиваля), состав 2 человека (1 девушка, 1 юноша) и 1 представитель от ДЮСШ, СДЮСШОР и спортивных муниципальных учреждений города Рязани.

К участию в Фестивале допускаются юноши и девушки, имеющие допуск врача.

V. ПРОГРАММА СПАРТАКИАДЫ

1 ЭТАП:

15 ноября - 23 ноября 2017 г. - в ДЮСШ, СДЮСШОР и спортивных муниципальных учреждений города Рязани. Графики отборочных соревнований представить на электронную почту: yudina0512@mail.ru до 24.11.2017г.

2 ЭТАП:

27 ноября

15.00 – тир ДЮСШ «Фаворит» (ул. Тимакова, 9) – пулевая стрельба из пневматической винтовки из положения сидя, дистанция 10 м, по мишени № 8. Дается выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных. Время на стрельбу – 10 мин. Время на подготовку – 3 мин.

28 ноября

11.30 – манеж «Юность» (ул. 2-я Линия, д.25-а) - тестирование норм ГТО:

- бег 100 м;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши);
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки);
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

28 ноября

13.30 – бассейн «Аквamed» (ул. Высоковольтная, д. 9) – плавание, дистанция 50 м, вольный стиль.

Требования выполнения упражнений (тестов).

Бег 100 м

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 100 м выполняется с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2-4 человека.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в секторе для горизонтальных прыжков. Участник принимает исходное положение (далее – ИП): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат

Ошибки:

- 1) заступ за линию отталкивания или касание её;
- 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами разновременно.

Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши).

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок пересек верхнюю линию грифа перекладины, затем опускается в вис и продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счётом судьи.

Ошибки:

- 1) подтягивание рывками или махами ног (туловища);
- 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- 3) разновременное сгибание рук.

Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки).

Сгибание и 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. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола (или платформы высотой 5 см), затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнения упражнения.

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

Ошибки:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;

- 2) нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 сек ИП;
- 4) разновременное разгибание рук.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из ИП: стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10–15 см.

При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует в течение 2 сек.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 сек. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком – , ниже - знаком + .

Ошибки:

- 1) сгибание ног в коленях;
- 2) фиксация результата пальцами одной руки;
- 3) отсутствие фиксации результата в течение 2 сек.

3 ЭТАП:

18 декабря

15.00 – РГДДТ (ул. Есенина, д. 46)

- «Визитка» презентация школы или вида спорта до 1,5 минуты, используя возможное участие болельщиков;
- Интеллектуальный конкурс (вопросы из истории Олимпийского движения, история Рязанского спорта, в рамках школьной программы литературы), каждой команде по 10 вопросов;
- Танцевальный конкурс («вальс», «ча-ча-ча»). Костюмы участников должны соответствовать стилю танца.

При судейской оценке танцевального конкурса применяется трёхбалльная система:

- «1 балл» - участник танцует программу не в музыку;
- «2 балла» - участник танцует программу в музыку, но не держит линии корпуса, или держит линии корпуса, но технически не точно выполняет фигуры;
- «3 балла» - участник танцует в музыку, держит линии корпуса, технически правильно выполняет фигуры.

РЕПЕТИЦИИ:

11-14 декабря (дата и время будет уточнена)

17.00 – мастер-класс (обучение участников) от областной федерации танцевального спорта в Рязанский Дворец Молодёжи (пл. 50-летия Октября, д.1) (контактный телефон 89206319101, 89997647455 Татьяна Викторовна)

15 декабря

13.30 – репетиция финальных выступлений в РГДДТ ул. Есенина, д.46 (контактный телефон 89206319101 Татьяна Викторовна)

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители и призеры Фестиваля определяются в командном зачете по итогам всех этапов соревнований.

Приветствуется «поддержка» участников Фестиваля, воспитанниками спортивных школ. Жюри определяет номинации и учреждает призы:

- «Зрительских симпатий»;
- «Самые активные болельщики»
- «Самый оригинальный костюм»;
- «Счастливый болельщик» - розыгрыш лотереи во время проведения финальных соревнований.

VI. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призёры фестиваля награждаются кубками, медалями, призами и грамотами управления по физической культуре и массовому спорту администрации города Рязани, все финалисты – призами и грамотами управления.

VII. ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ

Расходы, связанные с проведением Фестиваля несет управление по физической культуре и массовому спорту администрации города Рязани и МАУ города Рязани «Спортивный комплекс «Химик».

Проезд участников Фестиваля к месту проведения мероприятия за счет участвующих организаций.

IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Заявки установленной формы, с допуском врача, подаются в управление по физической культуре и массовому спорту администрации города Рязани Юдиной Татьяне Викторовне (8 920 631 91 01) до 12.00 24.11.2017 г. на две электронные почты: sport196@yandex.ru, yudina0512@mail.ru

Настоящее положение является официальным вызовом на соревнования

6
ЗАЯВКА

команды _____
на участие в IV физкультурно-спортивном фестивале
«Спорт и мода. Мода на спорт»

« ____ » _____ 2017 г.

город Рязань

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Допуск врача	Примечание

Всего допущено: _____ чел. Врач Ф.И.О. _____
М.П.(врача)

Представитель команды Ф.И.О. _____
Контактный телефон _____

М.П. Директор _____ / _____ /