

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ЦФКСиЗ

Левитан В.М.
«17» февраля 2021г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении соревнований по гимнастическому троеборью в рамках
муниципального этапа Всероссийских Президентских спортивных игр**

I. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью поднятия уровня физической подготовки у учащихся.

Мотивировать детей и подростков для системных занятий физической культурой и спортом, отвлечь от вредных привычек, формировать гармоничное развитие нравственных и физических качеств, способствовать укреплению здоровья.

II. Руководство организацией и проведением

Учредителем соревнований является департамент образования администрации г. Перми.

Ответственными за проведение школьного этапа являются общеобразовательные учреждения г. Перми.

Организацию и проведение заочного муниципального этапа осуществляет муниципальное казенное учреждение дополнительного образования «Центр по физической культуре, спорту и здоровьесбережению» г. Перми (далее Центр спорта)

III. Место и сроки проведения

Соревнования проводятся в 3 этапа:

I этап школьный	до 12 марта 2021
II этап заочный районный	до 19 марта 2021
III этап заочный муниципальный	24 марта 2021

IV. Участники

Соревнования проводятся по классам-параллелям с учащимися со 2-го по 11 класс с основной группой здоровья. Школа самостоятельно определяет количество классов в параллели для участия в соревнованиях.

Соревнования проводятся независимо от количества классов в параллели (даже если один класс в параллели).

Состав команд 6 девочек + 6 мальчиков.

V. Программа

Прыжки на скакалке за 15 сек

Наклон вперед из положения стоя на тумбе (скамейке)

Подъем туловища из положения лежа на спине за 15 сек

Результаты каждого участника соотносятся с баллами в соответствии с оценочной таблицей (прилагается).

Техника выполнения упражнений:

Прыжки на скакалке за 15 сек. Описание: По сигналу участник начинает выполнять прыжки через скакалку на двух ногах.

Считается количество прыжков, если участник сбивается, то возобновляет прыжки пока не закончится время. В протокол записывается количество прыжков.

Наклон вперед из положения стоя на тумбе (скамейке)

Исходное положение стоя на тумбе или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.

При выполнении испытания участник по команде выполняет два предварительных наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения. При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах.

Подъем туловища из положения «лежа на спине». Исходное положение: лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, стопы закреплены (партнер по команде руками фиксирует голеностопный сустав участника, выполняющего упражнение). Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 15 сек. Во время выполнения упражнения не допускается подъем и смещение таза. Касание мата всей спиной, в том числе лопатками – обязательно.

VI. Определение победителей

На школьном этапе:

- В командном зачете класс-победитель в каждой параллели определяется по наибольшему количеству баллов, набранных в троеборье.

При одинаковом количестве набранных баллов, приоритет имеет команда с наибольшей суммой баллов в прыжках на скакалке сначала у 6-ти мальчиков, затем у 6-ти девочек. Если и это не позволит выявить победителя, то учитывается наклон вперед из положения стоя на тумбе, сначала у мальчиков, затем у девочек.

- Победитель в личном первенстве среди мальчиков и девочек в каждой параллели определяется по наибольшей сумме баллов в троеборье. При одинаковой сумме баллов, можно развести места как в командном зачете.

На заочном районном этапе:

- класс-победитель в каждой параллели определяется по наибольшему количеству баллов, набранных в троеборье.
При одинаковом количестве набранных баллов, приоритет имеет команда с наибольшей суммой баллов в прыжках на скакалке сначала у 6-ти мальчиков, затем у 6-ти девочек. Если и это не позволит выявить победителя, то учитывается наклон вперед из положения стоя на тумбе, сначала у мальчиков, затем у девочек.
- учитывается обязательное размещение пост-релиза о проведении соревнований (ссылку указывать рабочую, которую можно активировать)
-на сайте ОУ без ШСК,
-в своей группе ВКонтакте для ШСК

ПРИМЕЧАНИЕ: отсутствие пост-релиза на сайте ОУ и в ВК не дает возможность участия в заочном муниципальном этапе.

На заочном муниципальном этапе:

- класс-победитель в каждой параллели определяется по наибольшему количеству баллов, набранных в троеборье.
При одинаковом количестве набранных баллов, приоритет имеет команда с наибольшей суммой баллов в прыжках на скакалке сначала у 6-ти мальчиков, затем у 6-ти девочек. Если и это не позволит выявить победителя, то учитывается наклон вперед из положения стоя на тумбе, сначала у мальчиков, затем у девочек.

VII. Награждение

На школьном этапе класс-победитель в каждой параллели, с наибольшим количеством баллов и победители (мальчик и девочка) в параллелях в личном первенстве, награждаются администрацией ОУ.

На заочном муниципальном этапе команды-победители по параллелям, с наибольшим количеством баллов и разместившие пост-релиз о проведении, награждаются кубком и грамотой департамента образования.

VIII. Расходы

Расходы на награждение школьного этапа соревнований несет общеобразовательное учреждение.

Расходы на награждение заочного муниципального этапа несет муниципальное казенное учреждение дополнительного образования «Центр по физической культуре, спорту и здоровьесбережению» г. Перми.

IX. Отчеты, документы

Все результаты испытаний фиксируются в бумажных протоколах, затем для определения баллов и общих итогов, переносятся в электронные таблицы **(будут доведены позже)**.

Общеобразовательным учреждениям необходимо представить отчет (прилагается) и электронные таблицы с результатами всех команд по параллелям кураторам по спортивно-массовой работе в районах по электронной почте (см. ниже) не позднее **13 марта 2021 г.**

Кураторы по спортивно-массовой работе в районе обрабатывают результаты и представляют в Центр спорта сводный отчет не позднее **20 марта 2021г.**

Общеобразовательные учреждения, не представившие отчеты и не разместившие пост-релиз в установленные сроки, не будут учитываться в рейтинге.

<i>Район</i>	<i>Куратор района</i>	<i>Электронная почта</i>
Дзержинский	Баяндина Татьяна Викторовна	potapowa.ta@yandex.ru
Индустриальный	Свечников Дмитрий Вениаминович	dimasv333@mail.ru
Кировский	Окулова Татьяна Сергеевна	okulova.t@list.ru
Ленинский	Дружинина Элла Михайловна	ella-sapunova@mail.ru
Мотовилихинский	Борисова Людмила Николаевна	lysya135@yandex.ru
Орджоникидзевский	Фисенко Ирина Владимировна	89655541765@mail.ru
Свердловский	Ахматуллин Евгений Игоревич	ahmat11@mail.ru

ПРИЛОЖЕНИЕ

Отчет о проведении школьного этапа соревнований по гимнастическому троеборью от общеобразовательного учреждения _____

Классы	Всего количество классов в параллели	Количество классов в параллели, принявших участие	Количество учащихся, принявших участие в соревнованиях
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
ИТОГО			

Директор ОУ: _____ подпись _____ МП

Ответственное лицо за составление отчета:
ФИО _____

Контактный телефон _____

**Ссылка на размещение пост-релиза
(не сканировать!!! указывать рабочую, которую можно активировать)**

