



АДМИНИСТРАЦИЯ СОВЕТСКОГО РАЙОНА ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА

РАСПОРЯЖЕНИЕ

19.01.2018

№ 10

О подготовке и проведении
Спартакиады допризывной
молодежи

В соответствии с распоряжением администрации Советского района города Челябинска от 12.01.2018 № 08 «Об утверждении календарного плана районных мероприятий в 2018 году», руководствуясь Уставом Советского района города Челябинска:

1. Отделу по культуре, физической культуре и работе с молодежью (Пашкова Т.Н.) организовать и провести Спартакиаду допризывной молодежи 20 февраля 2018 года в помещении Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 105 г. Челябинска имени В.П. Середкина» по адресу: г. Челябинск, ул. Кузнецова, д. 7.

2. Утвердить:

1) Положение о проведении Спартакиады допризывной молодежи (приложение);

3. Организационному отделу администрации района (Сагдаков А.И.) разместить настоящее распоряжение на официальном сайте администрации Советского района города Челябинска.

4. Контроль исполнения настоящего распоряжения возложить на заместителя Главы Советского района Астахову Е.В.

Глава Советского района



М.В. Буренков

Положение о проведении
Спартакиады допризывной молодежи

I. Цели и задачи:

- спартакиада проводится как смотр состояния работы по физической подготовке допризывной молодежи в образовательных учреждениях, расположенных на территории Советского района города Челябинска;
- популяризация физической культуры и спорта среди молодежи Советского района города Челябинска;
- подготовка к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

II. Сроки и место проведения:

Спартакиада проводится 20 февраля 2018 года на территории бюджетного образовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 105 по адресу: г. Челябинск, ул. Кузнецова, д. 7. Начало соревнований (парад – открытие): в 14.00 часов для муниципальных образовательных учреждений, в 15 часов 30 минут для учреждений профессионального образования.

III. Участники соревнований и программа:

К участию в соревнованиях допускаются сборные команды образовательных учреждений, расположенных на территории Советского района города Челябинска, в составе 5 человек по двум группам:

- муниципальные образовательные учреждения – юноши 2001-2002 гг. (при себе иметь паспорт);
- группа учреждений профессионального образования – юноши 2000-2002 гг. (при себе иметь паспорт и ученический билет).

Каждый участник выступает в многоборье:

1. Прыжок в длину с места

Исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно друг другу, носки перед линией измерения.

При выполнении упражнения необходимо одновременно оттолкнуться ногами и прыгнуть как можно дальше. Разрешается сделать взмах руками.

Фиксация дальности прыжка производится по прямой, от линии отталкивания до ближнего следа приземления, оставленного любой частью тела. Тестируемому даётся три попытки.

Запрещено:

1. заступать за линию измерения или касаться её;
2. осуществлять прыжок с предварительного разбега;
3. отталкиваться ногами по очереди.

В зачет идет лучшая попытка из трех.

2. Подтягивание из виса на высокой перекладине

Исходное положение: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Подтягивание выполняется так, чтобы подбородок пересекал верхнюю линию перекладины, затем испытуемый опускается в исходное положение.

Попытки не будут засчитаны при наличии следующих ошибок:

- 1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- 2) поднятие подбородка ниже линии перекладины;
- 3) не производится фиксация на пол секунды в конечных точках амплитуды;
- 4) руки сгибаются поочередно (сгибать руки только одновременно).

Судья засчитывает количество только правильно исполненных попыток.

3. Поднимание туловища из положения лёжа на спине

Исходное положение: лежа на спине, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Для выполнения упражнения формируются пары, один из участников выполняет испытание, другой удерживает его ноги за ступни и голени. После тестируемые меняются местами.

Испытуемый начинает подниматься, касаясь локтями бёдер или коленей, после возвращается в исходное положение.

Попытки не будут засчитаны при наличии следующих ошибок:

- 1) отсутствует касание локтями бедер (коленей);
- 2) отсутствует касание лопатками мата;
- 3) пальцы были разомкнуты «из замка»;
- 4) смещение таза.

Судья засчитывает число правильно исполненных подниманий туловища за одну минуту.

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

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

Испытуемый выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление ног в коленях.

При выполнении испытания на гимнастической скамье испытуемый 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. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+».

Попытки не будут засчитаны при наличии следующих ошибок:

- 1) ноги согнуты в коленях;
- 2) удержание результата пальцами одной руки;
- 3) отсутствует удержание результата в течение 2 с.

IV. Зачёт и определение победителей:

Победитель в командном зачёте определяется по сумме мест-очков 4 лучших участника команд в многоборье.

Результаты каждого участника в многоборье определяются по сумме:

– технических результатов в четырех видах программы: прыжок в длину с места (см), подтягивание (количество раз), пресс (количество раз), наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).

Победитель и призёры в командных соревнованиях определяется отдельно по группам:

- муниципальные образовательные учреждения;
- учреждения профессионального образования.

V. Награждение:

Команды, занявшие I, II, III места в командном зачёте, награждаются грамотами и кубками.

Участники за I, II, III места в многоборье и в отдельных видах программы награждаются грамотами.

VI. Заявки:

Для участия в соревнованиях образовательные учреждения района подают заявки установленной формы с обязательной визой врача и подписью руководителя до 12 февраля 2018 года по адресу: г. Челябинск, ул. Орджоникидзе, д. 27а, каб.27.

Заместитель Главы Советского района



Е.В. Астахова