


Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №3
им. генерал- фельдмаршала
М.С.Воронцова г. Ейска
МО Ейский район
_____  Мозговая Е.Х.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении I внутришкольного этапа
XIII Всекубанской спартакиады среди обучающихся МБОУ СОШ №3
им. генерал- фельдмаршала М.С.Воронцова г. Ейска МО Ейский район
«Спортивные надежды Кубани»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Всекубанская спартакиада среди обучающихся общеобразовательных учреждений «Спортивные надежды Кубани» проводится с целью:

- определения общеобразовательной организации, имеющей наиболее активную позицию и наилучшие результаты во время проведения Спартакиады;
- выявления сильнейших и наиболее активных команд общеобразовательных организаций;
- формирования у обучающихся здорового образа жизни;
- привлечения обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, спортом и спортивными играми;
- выявления талантливых детей для пополнения контингента спортивных школ;
- пропаганды физической культуры и спорта как альтернативы наркотикам, табакокурению и другим асоциальным проявлениям.

2. РУКОВОДСТВО СПАРТАКИАДОЙ

Общее руководство подготовкой и проведением спартакиады осуществляется ШСК МБОУ СОШ №3 имени генерал- фельдмаршала М.С. Воронцова, учителями физической культуры и классными руководителями.

3. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

I этап - с 3 сентября 2019 года по 5 января 2020 года.

Соревнования проводятся в между параллелями классов школы, в сроки, указанные в плане спортивно-массовых мероприятий МБОУ СОШ №3 им. генерал- фельдмаршала М.С.Воронцова г. Ейска МО Ейский район на 2019-2020 учебный год. Раздельно мальчики и девочки.

4. ПРОГРАММА СПАРТАКИАДЫ

1. ЭСТАФЕТЫ «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»	
1. ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ	1 классы (мальчики, девочки)
2. ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ	2 классы (мальчики, девочки)
3. ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ	3 классы (мальчики, девочки)
4. ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ	4 классы (мальчики, девочки)
2. ВОЛЕЙБОЛ	
5. ВОЛЕЙБОЛ	5-6 классы (мальчики)
6. ВОЛЕЙБОЛ	5-6 классы (девочки)
7. ВОЛЕЙБОЛ	7-8 классы (юноши)
8. ВОЛЕЙБОЛ	7-8 классы (девушки)
9. ВОЛЕЙБОЛ	9-11 классы (юноши)
10. ВОЛЕЙБОЛ	9-11 классы (девушки)
3. БАСКЕТБОЛ	
11. БАСКЕТБОЛ	5-6 классы (мальчики)
12. БАСКЕТБОЛ	5-6 классы (девочки)
13. БАСКЕТБОЛ	7-8 классы (юноши)
14. БАСКЕТБОЛ	7-8 классы (девушки)
15. БАСКЕТБОЛ	9-11 классы (юноши)
16. БАСКЕТБОЛ	9-11 классы (девушки)
4. ГАНДБОЛ	
17. ГАНДБОЛ	5-6 классы (мальчики)
18. ГАНДБОЛ	5-6 классы (девочки)
19. ГАНДБОЛ	7-8 классы (юноши)
20. ГАНДБОЛ	7-8 классы (девушки)
21. ГАНДБОЛ	9-11 классы (юноши)
22. ГАНДБОЛ	9-11 классы (девушки)
5. МИНИ-ФУТБОЛ	
23. МИНИ – ФУТБОЛ	5-6 классы (мальчики)
24. МИНИ – ФУТБОЛ	5-6 классы (девочки)
25. МИНИ – ФУТБОЛ	7-8 классы (юноши)
26. МИНИ – ФУТБОЛ	7-8 классы (девушки)
27. МИНИ – ФУТБОЛ	9-11 классы (юноши)
28. МИНИ – ФУТБОЛ	9-11 классы (девушки)
6. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС	
29. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС	9-11 классы (юноши)
30. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС	9-11 классы (девушки)
7. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ	
31. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ (дистанция/с-пешеходная-группа)	5-6 классы (мальчики, девочки)
32. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ дистанция/с-пешеходная-группа)	7-8 классы (юноши, девушки)
33. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ дистанция/с-пешеходная-группа)	9-11 классы (юноши, девушки)

5. УЧАСТНИКИ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

В соревнованиях принимают участие школьники 1-11 классов общеобразовательных организаций, имеющие допуск врача к занятиям физической культурой.

От каждого класса в соревнованиях I этапа допускается неограниченное количество команд. Именные заявки оформляются на каждую команду отдельно.

Соревнования проводятся между классами по параллелям, отдельно среди команд мальчиков и девочек (юношей, девушек).

Соревнования по всем видам программы на всех этапах проводятся с отдельным зачетом среди юношей и девушек, кроме эстафеты «Веселые старты», бадминтона и спортивного туризма. Лучшие учащиеся отбираются в сборную команду школы по параллелям 1,2,3,4,5-6,7-8,9-11 классов отдельно среди девушек и юношей для участия во II этапе соревнований

6. ОФОРМЛЕНИЕ ДОКУМЕНТОВ

Для участия в соревнованиях физорги классов подают именные заявки главному секретарю в день соревнований.

7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Определение победителей XIII Спартакиады учащихся в комплексном зачете проводится по таблице начисления очков. Победители в комплексном зачете среди классов определяются по наибольшей сумме очков набранных во всех видах программы спартакиады.

Таблица начисления очков

Место	1	2	3	4	5	6	7	участие
Очки	10	8	6	5	4	3	2	1 очко

8. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники команд занявшие - I, II, III - места Спартакиады в каждой группе отдельно, награждаются грамотами.

9. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

9.1. ЭСТАФЕТЫ «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»

В соревнованиях участвуют команды 1-х, 2-х, 3-х, 4-х классов.

Состав команды: 14 человек (5 мальчиков, 5 девочек, 2 запасных участника, 1 учитель, 1 представитель).

Задания одинаковы для обучающихся 1 и 2 классов, а также для 3 и 4 классов.

Эстафета №1 «Эстафетный бег»

Инвентарь: для каждой команды по две фишки; для учащихся 1-2 классов – теннисный мяч, для учащихся 3-4 классов – эстафетная палочка.

Подготовка к эстафете: от линии старта на расстоянии 15 метров (для 3 и 4 классов – 18 метров), устанавливается первая фишка. Вторая фишка устанавливается сзади команды на расстоянии 5 метров от линии старта (для всех классов).

Все участники команды находятся за стартовой линией в колонне по одному.

Описание эстафеты: по сигналу судьи 1-й участник бежит с мячом (1-2 класс) или эстафетной палочкой (3-4 класс) до первой фишки оббегавая ее, возвращаясь обратно, пробегает линию старта. Оббегавая вторую фишку находящуюся за командой и передает мяч или эстафетную палочку следующему участнику, стоящему на линии старта. Затем по очереди бегут все участники команды: 2-й, 3-й и т.д. Каждый стартующий находится перед стартовой линией.

Пробежавшие участники уходят за пределы площадки, не мешая остальным. Последний участник финиширует на линии старта (не оббегая вторую фишку).

Ошибки:

а) не оббегание второй фишки (при нарушении, возврат участника для оббегания фишки);

б) потеря предмета на дистанции (участник сам поднимает упавший предмет и продолжает эстафету с места потери);

в) потеря предмета при передаче эстафеты (упавший предмет поднимает принимающий эстафету участник).

Побеждает команда, преодолевшая эстафету за наименьшее время.

Эстафета №2 «Эстафета с теннисным мячом»

Инвентарь: 2 теннисных мяча, 3 фишки для команд 1-2 классов; 3 теннисных мяча, 4 фишки для команд 3-4 классов (высота фишки-конуса 30-35 см для всех классов). На фишках-конусах сверху находится отверстие. Для 1 и 2 классов дистанция составляет 15 м, для 3 и 4 классов дистанция составляет 18 м.

Для 1-2 классов – исходное положение: команда стоит в колонну по одному. На дистанции расставлены 3 фишки-конуса: первая на расстоянии 5 м от линии старта, вторая через 5 м от первой и третья поворотная фишка через 5 м от второй. На первых двух фишках-конусах находятся теннисные мячи.

Для 3-4 классов – исходное положение: команда стоит в колонну по одному. На дистанции расставлены 4 фишки-конуса: первая на расстоянии 5 м от линии старта, вторая через 5 м от первой и третья фишка через 5 м от второй, четвертая поворотная фишка через 3 м от третьей. На первых трех фишках-конусах находятся теннисные мячи.

Описание эстафеты: по сигналу судьи первый участник выполняет бег по дистанции, собирая теннисные мячи, оббегая с ними поворотную фишку и, возвращаясь, раскладывает их на фишки-конусы. Передача эстафеты выполняется касанием рукой следующего участника на линии старта.

Ошибки:

а) в случае падения мяча с фишки-конуса, участник возвращается, поднимает мяч и кладет его на фишку;

б) в случае потери мяча на дистанции, участник поднимает упавший мяч и продолжает эстафету с места потери;

в) в случае, если участник, стоящий на линии старта, выбежал раньше приема эстафеты, команда наказывается 2-х секундным штрафом за каждое нарушение. Побеждает команда, выполнившая эстафету за наименьшее время.

Эстафета №3 «Мяч и обруч»

1-2 классы. Инвентарь: на каждую команду 2 обруча, 1 баскетбольный мяч, 1 волейбольный мяч, 1 фишка.

Исходное положение: команда стоит в колонну по одному. На расстоянии 6 м и 9 м от линии старта лежат гимнастические обручи. В первом обруче находится баскетбольный мяч, во втором обруче – волейбольный мяч. На расстоянии 15 м стоит фишка.

3-4 классы. Инвентарь: на каждую команду 3 обруча, 1 баскетбольный мяч, 1 волейбольный мяч, 1 теннисный мяч, 1 фишка.

Исходное положение: команда стоит в колонну по одному. На расстоянии 6 м, 9 м и 12 м от линии старта лежат гимнастические обручи. В первом обруче находится баскетбольный мяч, во втором обруче – волейбольный мяч, в третьем обруче – теннисный мяч. На расстоянии 18 м стоит фишка.

Описание эстафеты: по сигналу судьи первый участник должен добежать до 1 обруча, взять баскетбольный мяч, добежать до 2 обруча, взять волейбольный мяч, добежать до 3 обруча, взять теннисный мяч, оббежать фишку. Далее вернуться к 3 обручу, положить теннисный мяч, добежать до 2 обруча, положить волейбольный мяч, добежать до 1 обруча, положить баскетбольный мяч и передать эстафету следующему.

Ошибки: мяч класть строго в обруч, в той последовательности, которая указана выше. В случае если мяч выкатывается из обруча, он возвращается на место этим же участником.

В случае потери мяча, его подбирает игрок, потерявший мяч. После чего, он возвращается в точку, где был потерян мяч и продолжает выполнять эстафету.

Эстафета №4 «Бег со скакалкой»

Инвентарь: на каждую команду 1 гимнастическая скакалка и 2 гимнастических обруча.

Исходное положение: команда стоит в колонну по одному. Для команд 1-2 классов дистанция – 15 м. Для команд 3-4 классов дистанция – 18 м. На расстоянии 2 м от линии старта лежит первый гимнастический обруч, в котором находится скакалка. На расстоянии 1,5 м от первого обруча наносится линия, от которой участник начинает выполнять бег со скакалкой. Расстояние на протяжении которого участник выполняет бег со скакалкой для 1-2 классов составляет 10 м, для 3-4 классов – 13 м. Окончание данного расстояния, также как и начало, обозначается линией. На расстоянии 1,5 м от линии, обозначающей окончание дистанции для бега со скакалкой, находится второй обруч (пустой).

Описание эстафеты: по сигналу судьи первый участник бежит до обруча, берёт скакалку, подбегает к линии (обозначающей начало расстояния для бега со скакалкой), бежит со скакалкой, осуществляя ее перешагивание одной ногой (левой или правой) до второй линии, затем подбегает ко второму обручу, оставляет в нем скакалку и оббежав второй обруч возвращается (гладкий бег) к команде, передаёт эстафету следующему участнику касанием руки. Следующий участник выполняет эстафету в обратной последовательности. При этом, когда он подбегает ко второму обручу, оббежать его не нужно.

Ошибки: края скакалки, находящейся в обруче, выходят за пределы обруча и касаются поверхности пола. Допускается, чтобы края скакалки выходили за пределы обруча, но при этом не касались пола.

Во время выполнения бега со скакалкой участник не выполняет перешагивание через нее.

При каждом нарушении участник возвращается к месту, где была допущена ошибка, исправляет ее и продолжает выполнять эстафету.

Эстафета №5 «Комбинированная эстафета»

Инвентарь: 1 гимнастическая скакалка, 1 фишка, 1 волейбольный мяч (для 1-2 классов), 1 баскетбольный мяч (для 3-4 классов), 1 футбольный мяч (для 1-2 классов).

Для команд 1-2 классов дистанция – 15 м. Для команд 3-4 классов – 18 м.

Исходное положение: команда стоит в колонну по одному.

Описание эстафеты: по сигналу судьи **первый участник** бежит до фишки, которая стоит в конце дистанции, оббегает ее и возвращается обратно. Передает эстафету следующему участнику и становится позади колонны.

Второй участник:

- для **1-2 классов** – держит в руках футбольный мяч. Приняв эстафету, бежит с мячом в руках до фишки, оббегает ее и возвращается обратно. Передает эстафету третьему участнику;

- для **3-4 классов** – держит в руках баскетбольный мяч. Приняв эстафету, выполняет ведение баскетбольного мяча до фишки, обводит фишку и ведет мяч в обратном направлении. Передает эстафету третьему участнику.

Третий участник выполняет бег со скакалкой, осуществляя ее перешагивание одной ногой (левой или правой), добегают до фишки, оббегает ее и возвращается обратно обычным бегом. Передает эстафету 4-у участнику.

Четвертый участник принимает положение «крабика»: положение упор сзади, ноги согнуты в коленях, таким образом, участник опирается на 4-е точки (две руки и две ноги). В положении «крабика» участник передвигается лицом вперед до фишки, после чего поднимается, оббегает фишку и обычным бегом возвращается обратно. Передает эстафету 5-у участнику.

Пятый участник

Для 1-2 классов – зажав волейбольный мяч между ногами, прыгает как «Кенгуру» до фишки, берет мяч в руки, оббегает ее и возвращается обратно обычным бегом. Передача эстафеты 6-ому участнику.

Для 3-4 классов – зажав баскетбольный мяч между ногами, прыгает как «Кенгуру» до фишки, берет мяч в руки, оббегает ее и возвращается обратно обычным бегом с мячом в руках. Передает эстафету 6-ому участнику.

Участники с 6 по 10 выполняют те же эстафеты, в той же последовательности, в которой их выполняли с 1 по 5 участника.

Ошибки:

Для участников команд 3-4 классов не допускается, во время ведения баскетбольного мяча, осуществлять его пронос или перенос в одной или двух руках.

Потеря мяча участником.

Во время выполнения бега со скакалкой участник не выполняет перешагивание через нее.

При выполнении прыжков на мяче (фитболе) не допускается его перенос.

В случае нарушения, участник возвращается к месту совершения ошибки, и от него продолжает правильное выполнение эстафеты.

Если мяч выпадает, участник эстафеты поднимает мяч и продолжает движение «Кенгуру» с того места, где упал мяч.

Победителем считается команда, преодолевшая всю дистанцию за наиболее короткое время.

Конкурс (№6) «Командный прыжок»

Состав: 5 мальчиков, 5 девочек

Инвентарь: мел, рулетка, фишки..

Описание конкурса: по команде первый участник выполняет прыжок в длину с меча, судья отмечает место приземления по пяткам. Следующий участник становится перед чертой приземления первого, не касаясь ее носками и также прыгает, за ним третий и т. д. Выигрывает команда, участники которой таким образом преодолевают большее расстояние.

Очередность выполнения командных прыжков (мальчик, девочка) произвольная.

Ошибки: каждый участник совершает одну попытку. Если во время приземления участник, потерял равновесие и коснулся рукой пола, либо другой частью тела, то в этом случае линия проводится по последней точке касания.

Самый длинный командный прыжок - победный.

Определение победителей в соревнованиях «Веселые старты»

1. Места в беговых эстафетах распределяются по наименьшему времени, показанному командами; в эстафете «командный прыжок» по наивысшему результату.
2. Победитель в соревнованиях «Веселые старты» определяется по наименьшей сумме мест, занятых командами в эстафетах.
3. При равной сумме мест, занятых двумя или более командами, места определяются по:
4. Количеству 1-х мест, занятых командами;
Количеству 2-х мест, занятых командами;
Количеству 3-х мест, занятых командами;
По результату «Комбинированной эстафеты»

9.2. ВОЛЕЙБОЛ

Соревнования проводятся среди команд юношей и девушек 5-6, 7-8, 9-11 классов.

Состав команды: 10 человек +1 представитель.

СИСТЕМА РОЗЫГРЫША соревнования определяется главными судейскими коллегиями на местах в зависимости от числа участвующих команд. Игры проводятся из 3-х партий до 25 очков.

Победитель определяется по наибольшей сумме очков: за победу начисляется 2 очка, за поражение – 1 очко, за неявку – 0 очков.

9.3. БАСКЕТБОЛ

Соревнования проводятся раздельно среди команд девушек и юношей 5-6, 7-8, 9-11 классов.

Состав команды 10 человек+ 1 представитель.

СИСТЕМА РОЗЫГРЫША определяется главными судейскими коллегиями на местах в зависимости от числа участвующих команд.

Продолжительность игры:

5-6 классы – 2 тайма по 8 минут (мальчики и девочки);

7-8 классы – 2 тайма по 10 минут (мальчики и девочки);

9-11 классы – 2 тайма по 10 минут (мальчики и девочки);

Победитель определяется по наибольшей сумме очков: за победу начисляется 2 очка, за поражение – 1 очко, за неявку – 0 очков. При равенстве очков у двух команд победитель определяется по игре между ними. В случае равенства очков у

3-х и более команд, места определяются: по коэффициенту забитых и пропущенных мячей в играх между ними; по общей разнице очков в первенстве.

9.4. МИНИ – ФУТБОЛ

Соревнования проводятся отдельно среди команд юношей 5-6, 7-8, 9-11 классов и девушек 5-6, 7-8, 9-11 классов.

Состав команды 8 человек (в поле: 4 игрока и вратарь).

СИСТЕМА РОЗЫГРЫША определяется главными судейскими коллегиями на местах в зависимости от числа участвующих команд.

Продолжительность игры:

5-6 классы - 2 тайма по 10 минут (перерыв 5 минут);

7-8 классы - 2 тайма по 10 минут (перерыв 5 минут);

9-11 классы - 2 тайма по 10 минут (перерыв 5 минут);

В ходе матча разрешается неограниченное число замен, в том числе и обратные замены.

Места командам определяются по наибольшему количеству очков (победа-3, ничья-1, поражение-0, за неявку на игру-0 очков).

При равенстве очков у двух и более команд преимущество получает команда, имеющая:

а) лучшей результат в играх между собой (количество очков, количество побед, разница между забитыми и пропущенными мячами, наибольшее количество забитых мячей);

9.5. ГАНДБОЛ

Соревнования проводятся отдельно среди команд юношей и девушек 5-6, 7-8, 9-11 классов.

Состав команды 10 человек .

СИСТЕМА РОЗЫГРЫША определяется главными судейскими коллегиями на местах в зависимости от числа участвующих команд.

Команды юношей и девушек 5-6, 7-8 и 9-11 классов играют два тайма по 10 минут.

Места команд определяются по наибольшему числу набранных ими очков. За победу команда получает 2 очка, за ничью- 1 очко, за проигрыш - 0 очков. При равенстве очков у 2-х и более команд в предварительных играх преимущество получает команда:

-имеющая большее количество очков во встречах между этими командами;

9.6. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Соревнования проводятся среди команд юношей и девушек 5-6, 7-8, 9-11 классов.

Состав команды 4 человека+1 запасной

Соревнования проводятся среди юношей и девушек отдельно.

СИСТЕМА РОЗЫГРЫША проводятся по круговой системе.

Соревнования проводятся по официальным правилам настольного тенниса. Встреча состоит из 3 партий, партия играется до 11 очков, каждый участник выполняет по две подачи.

За победу в командной встрече начисляется 2 очка, за проигрыш -1 очко, за неявку - 0 очков.

Матч заканчивается, когда одна из команд набирает 2 очка. В случае равенства очков у трех и более команд места определяются согласно правилам соревнований, у двух команд по личной победе.

Порядок проведения командного матча:

1-2	1-1
2-1	2-2
3-3	

9.7. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ

Соревнования проводятся среди команд учащихся 5-6, 7-8, 9-11 классов.

Состав команды 8 участников (4 юноши, 4 девушки)

СИСТЕМА РОЗЫГРЫША:

Соревнования групповые: дистанции юношей, дистанции девушек

Соревнования среди обучающихся 5-6, 7-8 классов проводятся на короткой дистанции 1 класса.

Соревнования среди обучающихся 9-11 классов проводятся на короткой дистанции 2 класса. Временем прохождения групповой дистанции является время между сигналом старта и временем финиша и последнего участника группы.

Результат прохождения групповой дистанции определяется суммой времени прохождения и штрафных баллов (очков), приведенных к единой единице измерения (штрафная система оценки нарушений), или временем прохождения (бесштрафовая система).

Места в командном зачете определяются наименьшей суммой мест, занятых группами в отдельных дистанциях соревнований.

Команды, не имеющие зачета в какой-либо дисциплине, в командном зачете занимает места после команд, которые имеют более полный зачет в соответствии с набранными ими суммами мест.

При равенстве суммы мест предпочтение отдается команде, имеющей меньшую сумму времени прохождения дистанций.

Программа соревнований

Соревнования на короткой дистанции 1 класса предполагает длину дистанции 200 - 400 метров, 4-5 технических этапов.

Соревнования на длинной дистанции 1 класса предполагает длину дистанции 1000- 2000 метров, 4-5 технических этапов.

Соревнования на короткой дистанции 2 класса предполагает длину дистанции от 400 - 800 метров, 4-5 технических этапов.

Соревнования на дистанции 2 класса предполагает длину дистанции до 2000 - 3000 метров, 4-5 технических этапов.

Таблица. Параметры и характеристики технических этапов

<i>Название этапа</i>	<i>1 класс дистанции</i>	<i>2 класс дистанции</i>
Переправа вброд	- Судейские перила, самостраховка; - с опорой на перила; - с альпенштоком L=5-12 м, h=до 0,4 м	Судейские перила, самостраховка, сопровождение L=10-15 м, h=0,3-0,6 м
Переправа по бревну	Судейские перила, - самостраховка; - гимнастическая страховка L=6-10 м	Судейские перила, самостраховка, сопровождение L=6-12 м

Переправа по параллельным перилам	Судейские перила, - самостраховка; - гимнастическая страховка L=8-14 м	Судейские перила, самостраховка, сопровождение L=14-20 м
Навесная переправа	-	Судейские перила, самостраховка, сопровождение L=15-22 м
Переправа методом «Вертикальный маятник»	Перила судейские, гимнастическая страховка H=3-5м, L= до 3 м	Перила судейские, самостраховка H=3-5м, L =3 м
Подъём, спуск	Перила судейские, - самостраховка; - спортивным способом; - с альпенштоком L=15-25 м, α – 20-30°	Перила судейские, самостраховка L=20-30 м, α – 25-35°
Траверс	Перила судейские, самостраховка; - с альпенштоком L=15-22 м, α – до 20-30°	Перила судейские, самостраховка, L= 22-30 м, α – 25-35°