



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении в 2017-2018 учебном году**  
**районной Спартакиады школьников**

**Кировск - 2017**

## 1. Участники

- В районной спартакиаде школьников (РСШ) 2017/18 учебного года принимают участие обучающиеся 5-9 классов ОУ Кировского района, независимо от года рождения, допущенные по состоянию здоровья к урокам физкультуры.
- Все основные и средние школы района делятся на 2 группы.  
 К I группе относятся школы, имеющие в 5-9 классах 140 учащихся и более;  
 Ко II группе относятся школы, имеющие до 139 учеников в 5-9 классах.  
 По I группе от школы в каждом виде программы выступает команда сильнейшего класса;  
 По II группе – выступают сборные команды школы, скомплектованные из учащихся классов указанных в условиях проведения соревнований по отдельным видам программы.
- Численный состав классов определяется на 1 сентября 2017 года (школьники, освобожденные от физкультуры (СМГ) на весь учебный год, в списки не включаются)

## 2. Программа, сроки, место проведения соревнований, состав команд:

Вид программы	Состав команды				Сроки проведения			
	I гр. школ		II гр. школ		Район/Зона	Полуфинал	Финал	
	Класс	Состав	Сборная команда	Состав			Гр. школ	Дата
Легкая атлетика	7 кл.	Не более ю-8 д-8	6-8 кл.	ю-4 д- 4	21.09	-	I гр. II гр.	27.09 28.09
Мини-футбол	6 кл.	7 чел	6-8 кл.	ю-7	04.10	11.10	I гр. II гр.	18.10
ОФП	5кл.	Не более ю-8 д-8	5-7 кл.	ю-4 д- 4	15.11	-	I гр. II гр.	29.11 30.11
Лыжные гонки	9 кл.	ю-5 д- 5	6-9 кл.	ю-5 д- 5	14.02.	-	I гр. II гр	27.02
Плавание	7 кл.	ю- 4 д- 4	6-7 кл.	ю-4 д- 4	04.04	-	I гр. II гр.	11.04 12.04
Баскетбол юн	8 кл.	ю-7	7-8 кл.	ю-7	01.03	I-14.03 II-15.03	I гр. II гр.	21.03 22.03
Баскетбол дев	8 кл.	д- 7	7-8 кл.	д- 7	06.03	I-14.03 II-15.03	I гр. II гр.	21.03 22.03
Настольный теннис	Сб. 5-9	2+2	Сб. 5-9	2+2	2 гр. 21.12 1 гр. 21.12			г. Кировск
Волейбол Ю	Сб. 5-9	7 чел			18.01			Кировск, СЗК
Волейбол Д	Сб. 5-9	7 чел			25.01			г.Кировск
Волейбол			Смешанная команда 10 чел (на площадке 4 м +2 д)		20.01			г.Отрадное, №2 школа

**Прим.** По полуфинальным и финальным соревнованиям см. Положение о 49 областной Спартакиаде.

## 3. Порядок проведения Спартакиады

- Районная спартакиада является вторым этапом 51 Областной спартакиады школьников.
  - Соревнования по каждому виду программы РСШ проводятся в указанный день зональных соревнований (четверг). Спартакиада проводится в 2 этапа:
- 1 этап – внутришкольный (внутриклассные и межклассные соревнования), проводится для выявления сильнейших классов (I группа школ) и отбора в сборную команду школы (II группа школ).
- 2 этап – районный/зональный (среди команд школ I и II группы).

Победители районного этапа могут принять участие в финальных и полуфинальных (спорт.игры) соревнованиях 49 ОСШ, команда класса победителя по I группе и сборная команда школы по II группе школ.

#### **4. Зачет и определение победителей**

Школам разрешается выступать в 7 основных видах и 3-х видах по выбору программы РСШ.

- В РСШ разыгрывается место в общем зачете среди ОУ:
  - Общеобразовательных школ I группы
  - Общеобразовательных школ II группы
- Общекомандное первенство в комплексном зачете РСШ определяется по наименьшей сумме месточков:
  - для школ I группы зачет по 5 лучшим основным видам и 2 по выбору ,
  - для школ II группы зачет по 4 лучшим основным видам и 1 по выбору.

Школы с неполным зачетом получают места после школ с полным зачетом.

В случае равенства очков учитывается:

1. Количество 1-х, 2-х, 3 - мест по основным видам

2. Количество 1-х, 2-х, 3 - мест по дополнительным видам

Если школа выигрывает районные (зональные) соревнования и отказывается выступать в финальных (полуфинальных), 2 место - к финальным соревнованиям не допускаются.

\* \* \*

Представитель команды представляет в мандатную комиссию:

- Именную заявку класса, подписанную классным руководителем (для 1 группы школ) учителем физической культуры, врачом, заверенную директором школы.
- Командировочное удостоверение.
- Карточки участников РСШ с фотографиями на каждого участника (1 и 2 группа).

На соревнованиях по спортивным играм команда выступает в единой спортивной форме с номерами.

#### **5. Условия проведения соревнований по видам Спартакиады**

##### **5.1. Легкая атлетика.**

###### **5.1.1. Программа для школ I и II группы:**

- Бег –1000 м;
- Метание мяча весом 150 гр – 2 попытки;
- Прыжок в длину с разбега – 2 попытки;
- Эстафета 3 ю + 3 д X 60 м., встречная.

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

a) Бег на 1000 м проводится забегами по 10-12 участников. Результат фиксируется с точностью до 1 сек.

b) Метание мяча проводится в коридоре шириной 10 м. засчитывается лучшая попытка. Измерение результатов проводится с точностью до 0,5 м.

b) Прыжки в длину с разбега выполняются в яму с песком с отталкиванием от обозначенного на дорожке квадрата размером 50см x 50см засчитывается лучшая попытка. Измерение производится от места

**фактического отталкивания до места приземления.**

g) Смешанная эстафета встречная проводится на беговой дорожке. Расстановка на этапах: юноша – девушка – юноша – девушка – т.д..

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

**Школы I группы:**

От школы выступает сильнейший 7-й класс. В каждом виде программы может выступать весь класс, а в зачет идут лучшие результаты 4 ю+4д. Командное место класса в соревнованиях в каждом виде программы определяется по среднему результату одного зачетного участника у юношей и девушек.

Общекомандное первенство среди школ I группы определяется по наименьшей сумме мест-очков (за 1 место – 1 очко, 2 – 2 очка, и т.д. в эстафете - с коэффициентом 0,5) в 3-х видах программы среди юношей и девушек и эстафете.

В случае равенства суммы мест-очков преимущество дается команде с лучшим результатом в эстафете (далее по месту в забеге).

### *Школы II группы:*

Состав сборной команды школы 4 юноши + 4 девушки из 6-8 классов (зачёт 3+3).

Командное место в каждом виде программы соревнований определяется по сумме 3-х результатов юношей и 3-х результатов девушек. Оценка: за 1 место – 1 очко, 2 – 2 очка, и т.д. в эстафете - с коэффициентом 0,5.

Общекомандное первенство по легкой атлетике среди школ II группы определяется по наименьшей сумме мест-очков зачетных результатов в 3-х видах у юношей и в 3-х видах у девушек + место в эстафете.

В случае равенства суммы мест-очков преимущество дается команде с лучшим результатом в эстафете (далее по месту в забеге).

## **5.2. Мини-футбол (юноши).**

### **5.2.1. Программа для школ I и II группы:**

Продолжительность игры: 2 тайма по 10 мин. каждый «грязного времени». Игры проводятся по действующим Правилам. Система розыгрыша - любая, до определения сильнейшей команды в каждой группе школ. В зональных соревнованиях играют отдельно команды школ I группы и команды школ II группы.

В соревнованиях участвует одна команда сильнейшего 6-го класса от школ I группы и сборная команда 6-8 классов школ II группы. Состав команды 7 человек. На поле выходят 5 игроков + 1 вратарь. Игры проводятся на открытых площадках. Площадка должна быть прямоугольной: длина 42 м, ширина 25 м.

Победитель определяется по наибольшей сумме забитых мячей.

## **5.3. Общая физическая подготовка (ОФП).**

### **5.3.1. Программа для школ I и II группы:**

В соревнованиях участвует сильнейший 5 -й класс от школы в I группе и сборная школы из 6-9 классов (юноши + девушки) во II группе.

Юноши:

- челночный бег 4 x 10 м;
- Подъем туловища из и.п. «лежа на спине» (30 сек.);
- Подтягивание на высокой перекладине;
- Наклон из положения «сидя на полу».

Девушки:

- челночный бег 4x10 м;
- Подъем туловища из и.п. «лежа на спине» (30 сек.);
- Наклон вперед из положения «сидя на полу» на гибкость;
- Отжимания

Смешанная эстафета – встречная в челночном беге 6x10м (3ю + 3д).

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

a) Челночный бег 4 x 10 м. На полу наносятся параллельные линии «А» и «Б» на расстоянии 9 метров, снаружи к ним наносятся квадраты 50x50 см. В квадрат на линии «Б» кладут 2 кубика размером 5x5x10 см. Участник стартует с линии «А», добегает до линии «Б», берет в руки кубик и бежит к линии «А», кладёт (не бросать) его в квадрат на линии «А». Каждый участник должен выполнить 3 цикла «туда и обратно».

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

б) Подъем туловища из и.п. «лежа на спине». Руки за головой, локти вперед, пальцы «в замок», ноги согнуты, колени на баскетбольном или набивном мяче, ступни прижаты партнером к полу. Фиксируется количество подъемов туловища до касания локтями колен и спиной пола за 60 секунд. Даётся одна попытка.

в) Подтягивание на перекладине (юноши). Участник с помощью судьи принимает положение виса 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 виса. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, раскрытие ладони, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунды. Даётся одна попытка.

г) Наклон вперед «из положения сидя» (девушки). На полу обозначают центральную 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 вперед, до сантиметра, при касании ее кончиками пальцев обеих рук. Положение пальцев фиксируется не менее 2-х секунд. Результат оценивается в сантиметрах.

д) 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 юноши (девушки) находятся на линии «А» и три других участника на линии «Б». В квадрат на линии «Б» кладут два кубика. Первый участник стартует с линии «А», добегает до линии «Б», берёт из квадрата один кубик, два кубика. Первый участник стартует с линии «А», добегает до линии «Б», берёт второй кубик, добегает 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.

### 5.3.2. Зачет и определение командного места.

В I группе школ может выступать 5 юношей и 5 девушек, а в зачет идут лучшие результаты 4 юношей и 4 девушек. По II группе школ состав сборной команды школы 4 юноши и 4 девушки, в зачет идут лучшие результаты 3 юношей и 3 девушек. Командное место в каждом виде ОФП определяется по среднему результату зачетного участника среди школ I и II группы. За 1 место дается 1 очко, за 2 место - 2 и т.д. в эстафете – с коэффициентом 0,5.

Общекомандное первенство по ОФП для школ каждой группы определяется по наименьшей сумме очков-мест команд юношей и девушек в 3-х видах + результат эстафеты. В случае равенства суммы мест очков преимущество по результату (абсолютному времени) эстафеты.

## 5.4. Лыжные гонки.

### 5.4.1. Программа для школ I и II группы:

В зональных соревнованиях от школы выступает одна команда 9 - го сильнейшего класса по I группе школ, сборная команда 6-9 классов - по II группе школ.

Школы I группы:

Состав команды – 4 юноши+4 девушки

Смешанная эстафета в 8 этапов:

1 этап – юноша	x 2 км	5 этап – юноши	x 1 км
2 этап – девушка	x 2 км	6 этап – девушки	x 1 км
3 этап – юноши	x 2 км	7 этап – юноши	x 1 км
4 этап – девушки	x 2 км	8 этап – девушки	x 1 км

Массовый старт на 1 км для юношей и 1 км для девушек, по одному участнику от команды (в зависимости от погодных условий).

Школы II группы:

Состав команды – 4 юноши+4 девушки

Смешанная эстафета в 8 этапов:

1 этап – юноша	x 2 км	5 этап – юноши	x 1 км
2 этап – девушки	x 2 км	6 этап – девушки	x 1 км
3 этап – юноши	x 2 км	7 этап – юноши	x 1 км
4 этап – девушки	x 2 км	8 этап – девушки	x 1 км

Массовый старт на 1 км для юношей и 1 км для девушек, по одному участнику от команды (в зависимости от погодных условий).

Соревнования проводятся по слабопересеченной местности. Стиль бега – свободный

### 5.4.2. Зачет и определение командного места.

Командное место школы на соревнованиях 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».

## 5.5. Баскетбол.

#### **5.5.1. Программа соревнований для школ I и II группы:**

В соревнованиях принимают участие команды сильнейших классов школ I группы: у юношей – 8 класс, у девушек - 8 класс, и сборные команды 7-8 классов (юноши) и 7-8 классов (девушки) школ II группы, а также одна команда юношей и одна девушек. Состав команды 7 участников.

1. Эстафета с броском мяча в кольцо (до 15 попаданий);

Упражнение 1. Эстафета с броском мяча в кольцо (до 20 очков). Победившая команда получает право на первую игру; 2 тайма по 7 мин.

Упражнение № 1: вся команда, **7 человек**, выстраивается в колонну **на линии штрафного броска**, мяч у впереди стоящего. По сигналу судьи игрок ведет мяч к щиту и бросает в кольцо, затем подбирает мяч, передает его (броском) игроку № 2, стоящему на линии штрафного броска, а сам возвращается в конец колонны. Игрок № 2 повторяет упражнение и т.д. до 15 попаданий. Обе команды участвующие во встрече выполняют упражнение одновременно до 20 попаданий в кольцо одной из команд.

Упражнение № 2: двухсторонняя игра проводится в 2 тайма по 10 минут «грязного времени». Дается по **минутному** перерыву в каждом тайме. **Последняя минута** каждого тайма - **чистое время**. Замена игроков разрешается в течение всей игры. Игры проводятся по Правилам 2004 г. На площадке играют 5 человек.

Соревнования проводятся в школьных спортзалах размером не менее 24м x 12м.

## 5.6. Плавание.

#### **5.6.1. Программа для школ I и II группы:**

В I группе школ участвует сильнейший 7-ый класс и сборная команда 6-7-х классов по II группе школ. Состав команды 4 юн + 4 дев – I группа школ и 3 юн + 3 дев – II группа школ.

- Эстафета 4 (3) x 25 отдельно юноши и девушки.
  - смешанная эстафета **8 этапов** по 25 м произвольным стилем (для I группы),
  - смешанная эстафета **6 этапов** по 25 м произвольным стилем (для II группы),

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

Командное место среди юношей и девушек на дистанции 25 м определяется по сумме времени 4-х участников (для I группы) и сумме времени 3-х участников (для II группы). За 1 место дается 1 очко, 2 – 2 очка и т. д. Участник может выступать в 2-х видах программы, включая эстафету.

Общекомандное первенство среди школ определяется по наименьшей сумме мест-очков, полученных командами юношей и девушек + места за результат эстафеты. В случае равенства очков, преимущества дается команде, имеющей лучшее время в эстафете, далее по месту в заплыве.

### 5.7. Виды по выбору

Заявки на участие в видах по выбору подаются до 1 декабря 2017 года.

5.7.1. Настольный теннис – 21.12 для школ 2 группы, 21.12 для школ 1 группы.

**5.7.1. Настольный теннис** – 21.12 для школ 2 групп. 21.12.17. Лично-командные соревнования. Состав команды 2 юноши + 2 девушки (5-9 класс). Соревнования проводятся по существующим правилам соревнований. Победители определяются по наименьшей сумме мест- очков у юношей и девушек.

**5.7. 2. Волейбол девушки 1 группа школ** –25.01.17г. Участвует сборная команда школы 5-9 классов, состав команды 7 человек. Система проведения зависит от количества команд-участников. Соревнования проводятся по существующим правилам.

**5.7. 3. Волейбол юноши 1 группа школ** – 18.01.17 г. Участвует сборная команда школы 5-9 классов, состав команды 7 человек. Система проведения зависит от количества команд-участников. Соревнования проводятся по существующим правилам.

**5.7. 4. Волейбол 2 группы школ** – 20.01.17г. Участвует сборная команда школы 5-9 класс состав команды 10 человек, на площадке не менее 2-х девушек.

#### **6. Подача заявок на участие в спартакиаде 2017-2018 года.**

6. Подача заявок на участие в спартакиаде 2017-2018 гг.  
6.1. Заявки на участие в районной спартакиаде подаются по эл. почте ([sport\\_kirovsk@mail.ru](mailto:sport_kirovsk@mail.ru)) до 12 сентября 2017 года.

## Приложение 1.

### Заявка на участие в соревнованиях 53-й ОСШ

Школа \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_  
Муниципальный район Кировский зона № \_\_\_\_\_  
Вид \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_  
Место проведения \_\_\_\_\_

№	Фамилия Имя	Виза врача о допуске
Юноши		
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
Девушки		
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

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

Классный руководитель \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

ФИО полностью

Учитель физкультуры \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

ФИО полностью