

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КОМИТЕТ
МАМАДЫШСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ул.М.Джалиля, д.23/33, г. Мамадыш,
Республика Татарстан, 422190



ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ
МАМАДЫШ МУНИЦИПАЛЬ
РАЙОНЫНЫҢ БАШКАРМА
КОМИТЕТЫ
М.Жәлил ур, 23/33 й., Мамадыш ш.,
Татарстан Республикасы, 422190

Тел.: (85563) 3-15-00, 3-31-00, факс 3-22-21, e-mail: mamadysh.ikrayona@tatar.ru, www.mamadysh.tatarstan.ru

Постановление
№ 1276

Карар
от « 14 » 10 2016 г.

О проведении муниципального
спортивно - оздоровительного
фестиваля школьников «Олимпиада-100»
среди классов общеобразовательных
учреждений

В целях повышения эффективности оздоровительной работы с учащимися, привлечения учащихся к соревнованиям по простейшим упражнениям и выявления самого спортивного класса, самого спортивного мальчика и девочки района и города, а также внедрения физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» Исполнительный комитет Мамадышского муниципального района Республики Татарстан **п о с т а н о в л я е т**:

1. Провести МБОУДО «Дом детства и юношества» Мамадышского муниципального района муниципальный спортивно-оздоровительный фестиваль школьников «Олимпиада-100» среди учащихся общеобразовательных учреждений.

2. Утвердить состав организационного комитета по организации и проведению муниципального спортивно-оздоровительного фестиваля школьников «Олимпиада -100» среди учащихся общеобразовательных учреждений (Приложение №1).

3. Утвердить Положение о проведении муниципального спортивно-оздоровительного фестиваля школьников «Олимпиада-100» среди учащихся общеобразовательных учреждений в 2016-2017 учебном году (Приложение №2).

4. Поощрить школьные коллективы, занявшие призовые места в муниципальном спортивно-оздоровительном фестивале школьников «Олимпиада-100» среди учащихся общеобразовательных учреждений г. Мамадыша и Мамадышского района грамотами и кубками.

5. Руководителю финансово - бюджетной палаты Мамадышского муниципального района Сергееву А.М. обеспечить финансирование на поощ-

рение победителей за счёт средств районного бюджета, предусмотренных на образование, в сумме 117 000 (сто семнадцать тысяч) рублей.

6. Контроль за исполнением данного постановления возложить на заместителя Руководителя Исполнительного комитета Мамадышского муниципального района Смирнову А.П.

Руководитель



И.Э. Фаттахов

**Организационный комитет по организации и проведению
муниципального спортивно-оздоровительного фестиваля
школьников «Олимпиада -100»
среди учащихся общеобразовательных учреждений**

1. Смирнова А.П. - заместитель руководителя Исполнительного комитета муниципального района, председатель организационного комитета
2. Габдрахманов И.Н. - начальник МКУ «Отдел образования» исполнительного комитета Мамадышского муниципального района
3. Ефимов А.М. - директор МБОУДО «Дом детства и юношества», заместитель председателя организационного комитета
4. Закирова С.Р. - заместитель директора МБОУДО «Дом детства и юношества», секретарь организационного комитета

Члены организационного комитета:

1. Ташкулов В.Р. - методист МБОУДО «Дом детства и юношества»
2. Платонов В.И. - методист МБОУДО «Дом детства и юношества»
3. Хабибуллина Р.Н. - учитель физической культуры МБОУ «Олуязский лицей»
4. Фаляхов И.И. - учитель физической культуры МБОУ «СОШ № 1 г. Мамадыш»
5. Самигуллина З.Р. - учитель физической культуры МБОУ «СОШ № 4 г. Мамадыш»
6. Каримов А.Р. - учитель физической культуры МБОУ «Лицей № 2 г. Мамадыш»

Заместитель руководителя
Исполнительного комитета
муниципального района


А.П.Смирнова

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении муниципального спортивно-оздоровительного фестиваля школьников «Олимпиада -100»

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Муниципальный спортивно-оздоровительный фестиваль школьников «Олимпиада-100» (далее - Фестиваль) является комплексным массовым физкультурно-спортивным мероприятием и проводится в целях укрепления здоровья подрастающего поколения, привлечения учащихся к соревнованиям по простейшим упражнениям, которые учащиеся освоили и в которых совершенствуются на уроках физической культуры.

Основные задачи:

- внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения;
- развитие массового физкультурно-спортивного движения;
- дальнейшее совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы с детьми во внеурочное время;
- выявление сильнейшего класса школы, района по физическому развитию.

2 . МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся в течение всего учебного года, согласно составленного расписания. Согласно расписанию районная комиссия выезжает и организует прием упражнений из программы соревнований на результат и протоколирует совместно с классными руководителями и учителями физической культуры. Учителя физической культуры общеобразовательных учреждений осуществляют подготовку мест проведения соревнований. Начальные школы соревнуются в своих базовых школах, к которым они прикреплены.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля "Олимпиада-100" осуществляет МОУДО «Дом детства и юношества».

Главный судья фестиваля:

Ефимов А.М. - директор МБОУДО "Дом детства и юношества"

Секретарь:

Ташкулов В.Р.- методист МБОУДО "Дом детства и юношества"

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

В состав класс - команды входят обучающиеся одного класса одного образовательного учреждения. К участию в фестивале допускаются все учащиеся класса, кроме учащихся, относящихся к спецмедгруппе.

В случае выявления нарушений в порядке комплектования класс - команды, команды исключаются из Фестиваля "Олимпиада 100".

5. УЧАСТНИКИ И ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Программа соревнований Фестиваля "Олимпиада 100" (Приложение № 1 к Положению) включает в себя виды упражнений у девочек и мальчиков. Упражнения подобраны с таким расчетом, чтобы в них можно было проявить все основные физические качества: силу, быстроту, гибкость, выносливость, ловкость. Соревнования допустимо проводить в закрытых помещениях: в физкультурных залах, а так же на спортивных площадках.

В Фестивале принимают участие 1-11 классы. В связи с тем, что Фестиваль проводится по простейшим упражнениям, в состязаниях могут принять участие и некоторые ученики, отнесенные к подготовительной медицинской группе, согласно справкам из медучреждений.

Для проведения Фестиваля классные руководители заранее готовят протоколы — отдельно для каждого класса. В протоколе на каждый вид состязаний следует указать Ф.И.О., возраст (полных лет), результат и балл по виду программы. По итогам соревнований каждое учреждение представляет протокол с результатами и баллами каждого ученика, выведенного среднего балла класса.

Рекомендуется для каждого вида соревнований подготовить место состязаний с таким расчетом, чтобы на нем могли одновременно выступить 2 - 3 участника.

У каждого класса перед началом соревнований высчитывается стартовый балл. Стартовый балл класса равен количеству детей в классе (не учитываются учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе и имеющие справку медицинского учреждения на текущий учебный год, не учитываются учащиеся, отсутствующие по приказу МКУ «Отдел образования»). За каждого отсутствующего по неуважительной причине - вычитается 1 балл. Например: в классе 14 учащихся, один на соревновании по волейболу, второй относится к спецмедгруппе, один отсутствует без уважительной причины, один заболел в день проведения соревнований $12-1-1=10$, 10 - стартовый балл.

Сумма баллов - за каждый результат начисляются баллы согласно Приложению №3 «Таблица оценки результатов», баллы всего класса суммируются.

При отсутствии учащегося по причине болезни на период проведения соревнований «Олимпиада 100» в судейскую коллегия предоставляется справка из лечебного учреждения. Эти учащиеся в комплексный зачет (при высчитывании итогового балла) не входят. При отсутствии учащегося по неуважительной причине — этот учащийся будет включен в комплексный зачет при подсчете итогового балла класса.

Итоговый балл класса: сумма баллов + стартовый балл, и разделить на количество результатов в классе (включить учащихся, отсутствующих без уважительной причины) = итоговый балл.

По итогам всех соревнований «Олимпиада-100» вычисляется сумма баллов каждого учащегося, для выявления «Самого спортивного мальчика» и «Самой спортивной девочки».

**Протокол проведения соревнований
по стрельбе из пневматической винтовки.
1 "А" класса МБОУ СОШ №1**

№	Фамилия имя	Возраст (полных лет)	результат	балл	примечание
1					
2					
3					
Сумма баллов:					
Стартовый балл класса:					
Количество отсутствующих по неуважительной причине:					
Итоговый балл класса:					

Учитель физической культуры:

Классный руководитель:

Директор ОУ:

Результаты учащихся переводятся в баллы, согласно Приложению №3.

За попытку учащегося выполнить упражнение - начисляется 1 балл.

Техника выполнения упражнений

1. Прыжок в длину с места.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в секторе для горизонтальных прыжков в спортзале. Участник принимает исходное положение: ноги врозь, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двумя ногами 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 ее;
- 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами одновременно.

2. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине.

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

Высота грифа перекладины для участников I-III ступеней – 90 см., высота грифа перекладины для участников IV-VI ступеней – 110 см.

Для того чтобы занять исходное положение участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от перекладины, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает исходное положение. Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 сек. исходное положение, продолжает выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки:

- 1) подтягивания с рывками или с прогибанием туловища;
- 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 сек. исходное положение;
- 4) разновременное сгибание рук.

3. Подтягивание из виса на высокой перекладине.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения 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 счетом судьи.

Ошибки:

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

4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из упор лежа 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 исходное положение и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнение упражнения.

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

Ошибки:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- 2) нарушение прямой линии плечи – туловище – ноги;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 сек. Исходное положение;
- 4) разновременное разгибание рук.

5. Поднимание туловища из положения лежа на спине.

Поднимание туловища из положения лежа выполняется из исходного положения лежа на спине, руки за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий (за 1 мин.), касаясь локтями коленей, с последующим возвратом в исходное положение.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения тестирования создаются пары, один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и голени и одновременно ведет счет. Затем участники меняются местами.

Ошибки:

- 1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- 2) отсутствие касания лопатками мата;
- 3) пальцы разомкнуты;
- 4) смещение таза.

6. Бег на коньках.

Подготовить дистанцию протяженностью 50 м (овал). Дается 1 попытка.

7. Бег на лыжах на 1, 2, 3, 5 км.

Бег на лыжах проводится свободным стилем на дистанциях, проложенных преимущественно на местности со слабо- и среднепересеченным рельефом. Соревнования проводятся в закрытых от ветра местах в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10).

8. Легкая атлетика.

Бег 30 м, 60 м, 100 м выполняется с низкого или высокого старта. Проводится по беговой дорожке. Результат фиксируется с точностью до 0,01 секунды.

Бег 1000 м, 1500 м, 2000 м выполняется с высокого старта. Проводится по беговой дорожке. Результат фиксируется с точностью до 0,1 секунды.

9. Наклон вперед из положения стоя.

Наклон выполняется из И.п. стоя на полу не сгибая ног в коленных суставах выполнить наклон вниз, задевая пол ладонями или кончиками пальцев. Зафиксировать положение.

Наклон вперед из положения стоя на скамейке выполняется не сгибая ног в коленных суставах, пальцы рук тянутся ниже уровня скамейки.

10.Метание теннисного мяча в цель.

Для метания теннисного мяча в цель используется мяч весом 57г. метание теннисного мяча в цель производится с расстояния 6 м в закрепленный на стене гимнастический обруч диаметром 90 см. Нижний край обруча находится на высоте 2 м от пола. Участнику предоставляется право выполнить пять попыток. Засчитывается количество попаданий в площадь, ограниченную обручем.

Ошибка (попытка не засчитывается):

- Заступ за линию метания.

11.Метание снаряда на дальность.

Для испытания используются мяч весом 150 г и спортивный снаряд весом 500г и 700 г. Метание мяча и спортивного снаряда проводится на стадионе или любой ровной площадке в коридор шириной 15 м. Длина коридора устанавливается в зависимости от подготовки участников. Метание выполняется с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо». Участник выполняет три попытки. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления мяча, спортивного снаряда. Участники 9-15 лет выполняют метание мяча, участники 16-18 лет метают гранату.

Ошибки(попытка не засчитывается)

- Заступ за линию метания;
- Снаряд не попал в коридор;
- Попытка выполнена без команды судьи.

12.Стрельба из пневматической винтовки.

Стрельба производится из пневматической винтовки. Выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных. Время на стрельбу – 10 мин. Время на подготовку – 3 мин. Стрельба из пневматической винтовки производится из положения сидя или стоя с опорой локтями о стол или стойку. На дистанции 10 м (5 м для участников 11-12 лет) по мишени №8.

Результат не засчитывается:

- Произведен выстрел без команды судьи;
- Заряжено оружие без команды судьи

13.Смешанное передвижение.

Смешанное передвижение состоит из бега, переходящего в ходьбу в любой последовательности. Проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Максимальное количество участников забега — 20 человек.

6. Подведение итогов и награждение

По итогам Фестиваля районная комиссия выбирает "**Самый спортивный класс**" среди городских и районных школ, "**Самого спортивного мальчика**" и "**Самую спортивную девочку**", набравших в итоговом зачете наибольшее количество баллов. Учащиеся, набравшие одинаковое максимальное количество баллов будут приглашены на финал в г.Мамадыш. В командном зачете при равенстве очков победа присуждается команде занявшей большее количество 1,2,3 и т. д. мест по видам «Олимпиада-100». При повторном равенстве очков среди классов в итоговом зачете победа присуждается команде, имеющей большее количество участников команды. Победители награждаются дипломами и сертификатами для приобретения спортивного инвентаря для школы и экскурсии.

Заместитель руководителя
Исполнительного комитета
муниципального района

 А.П.Смирнова

Приложение № 4
к Положению о проведении муниципального
спортивно-оздоровительного фестиваля
школьников «Олимпиада-100»

**Примерный календарный план проведения Фестиваля «Олимпиада-100»
в общеобразовательных учреждениях Мамадышского муниципального района
на 2016-2017 учебный год.**

№	Виды соревнований	Дата проведения
I.	1. Прыжок в длину с места (1-11 класс) 2. Бег 1-2 класс - смешанное передвижение 3-4 класс - 1000 м 5-6 класс – 1500 м 7-9 класс – 2000 м 10-11 класс- 2000м – девочки 2000м – мальчики 3. Бег 30, 60, 100 м (1-11 класс)	19 - 29 сентября
II.	1.Подтягивание из виса (1-11 класс) 2.Поднимание туловища из положения лежа на спине (7-11 класс)	21 - 28 ноября
III.	1. Отжимание (1-6 класс) 2. Наклон вперед из положения стоя (1-11 класс) 3. Стрельба из пневматической винтовки (5-11 классы)	12 - 19 декабря
IV.	1. Бег на коньках 2-4 класс - 50 м 5-8 класс -100 м 9-11 класс - 200 м.	23 -31 января
V.	1.Лыжные гонки 1-4 класс – 1000 м 5-6 класс – 2000м 7-9 класс – 3000 м 10-11 класс – 3000 м-девочки 5000 м-мальчики	13 - 20 февраля
VI.	1.Метание теннисного мяча (1-2 класс) Метание мяча, спортивного снаряда на дальность (3-11 кл.).	17 - 24 апреля

Приложение № 1
к Положению о проведении муниципального
спортивно-оздоровительного фестиваля
школьников «Олимпиада-100»

Программа соревнований

№ п/п	Виды соревнований	6-8 лет 1-2 классы	9-10 лет 3-4 классы	11-12 лет 5-6 классы	13-15 лет 7-8-9 классы	16-17 лет 10-11 классы	18 лет
1	Бег 30,60,100 м (сек)	30 м Мальч., дев.	60 м Мальч., дев.	60 м Мальч., дев.	60 м Мальч., дев.	100 м Мальч., дев.	100 м Мальч., дев.
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз)	Мальч.	Мальч.	Мальч.	Мальч.	Мальч.	Мальч.
3	Подтягивание из виса на низкой пе- рекладине (раз)	Девочки	Девочки	Девочки	Девочки	Девочки	Девочки
4	Сгибание и разги- бание рук в упоре лежа (отжимание) (раз)	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.			
5	Наклон вперед из положения стоя (см)	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.
6	Прыжки в длину с места (см)	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.
7	Метание теннисно- го мяча в цель (кол- во раз)	Мальч., дев.					
8	Метание мяча, спортивного снаря- да на дальность (м)		Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.
9	Бег на коньках(м)	50м 2 клас- сыМальч., дев.	50 м Мальч., дев.	100м Мальч., дев.	100 м Мальч., дев.	200 м Мальч., дев.	200 м Мальч., дев.
10	Бег на лыжах 1, 2, 3,5 км (мин, сек)	1 км Мальч., дев.	1 км Мальч., дев.	2 км Мальч., дев.	3 км Мальч., дев.	Мальч.- 5 км, девочки - 3 км.	Мальч.- 5 км, девочки - 3 км.
11	Бег 1, 1,5,2,3 км		1 км Мальч., дев.	1,5 км Мальч., дев.	2 км Мальч., дев.	Мальч.- 2 км, девочки - 2 км	Мальч.- 3 км, девочки - 2 км.
12	Стрельба из пнев- матической вин- товки (очки)			Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.	Мальч., дев.
13	Поднимание туло- вища (кол-во раз)				Мальч., дев.	Мальч., дев.	Девочки

Приложение № 3
к Положению о проведении муниципального
спортивно-оздоровительного фестиваля
школьников «Олимпиада-100»

Распределение по зонам:

1 зона:	2 зона:	3 зона:
МБОУ «Среднекирменская СОШ»	МБОУ «Таканышская СОШ» - а, б классы	МБОУ «Лицей №2 г. Мамадыш», филиал «Мамадыш-совхозская НОШ»
МБОУ «Нижнеошминская СОШ»	МБОУ «Дюсьметьевская СОШ»- а, б классы	МБОУ «СОШ №4»
МБОУ «Верхнеошминская ООШ»	МБОУ «Шемяковская ООШ»	МБОУ «СОШ №1»
МБОУ «Омарская СОШ»	МБОУ «Олуязский лицей» - а, б, в, г классы	МБОУ «Красногорская СОШ»
МБОУ «Сокольская СОШ»	МБОУ «Кемеш-Кульская ООШ»	МБОУ «СОШ №3»
МБОУ «Малокирменская ООШ»	МБОУ «Никифоровская ООШ»	МБОУ «Пятилетская НОШ – ДС»
МБОУ «Нижнеякинская СОШ»	МБОУ «Тавельская СОШ» - а, б классы	5 зона:
МБОУ «Верхнеякинская ООШ»	МБОУ «Алгаевская НШ – ДС»	МБОУ «Усалинская СОШ» - а, б, в, г классы
4 зона:	МБОУ «Большеустькинская НШ – ДС»	МБОУ «Албайская ООШ»
МБОУ «Зюринская СОШ» - а, б классы		МБОУ «Катмышская СОШ» - а, б классы
МБОУ «Шадчинская СОШ»		МБОУ «Зверосовхозская СОШ»
МБОУ «Куюк - Ерыксинская СОШ»		МБОУ «Пристань - Берсутская ООШ»
МБОУ «Кляушская СОШ» - а, б, в классы		МБОУ «Владимировская ООШ»
МБОУ «Гришкинская ООШ»		МБОУ «Верхнесуньская ООШ»
МБОУ «Большепиинская СОШ»		МБОУ «Нижнесуньская СОШ»
		МБОУ «Малосуньская ООШ»