

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
ВК НМЦРОиДО «Дарын»
_____ **Г. Рахимжанова**
« _____ » _____ **2021 г.**

ПОЛОЖЕНИЕ
О ПРОВЕДЕНИИ ОБЛАСТНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ «СПОРТЛАНДИЯ»,
ПОСВЯЩЕННЫХ 30-ЛЕТИЮ НЕЗАВИСИМОСТИ РЕСПУБЛИКИ
КАЗАХСТАН

1. Общие положения

1. Настоящее положение определяет цели и задачи, организационное обеспечение, порядок проведения и финансирования, участия и определения победителей и призеров Областных соревнований «СПОРТЛАНДИЯ», посвященных 30-летию Независимости Республики Казахстан (далее – Соревнования).

2. Соревнования проводятся в онлайн формате через приложение **Zoom**.

3. Цель и задачи соревнований:

- популяризация и повышение престижа предмета «Физическая культура» среди учащихся общеобразовательных учреждений, совершенствование теоретических знаний и практических навыков, необходимых учащимся в современной жизни;

- воспитание устойчивого интереса и потребности к систематическим занятиям физической культурой;

- приобщение учащихся к дружбе через физическое воспитание и спорт;

- повышение уровня развития спорта в школах;

- воспитание чувства гражданственности у подрастающего поколения.

2. Руководство проведением Соревнований

4. Общее руководство по организации и непосредственное проведение Соревнований осуществляется управлением образования Восточно-Казахстанской области, Восточно-Казахстанским научно-методическим центром развития одаренности и дополнительного образования «Дарын» (далее – ВК НМЦРОиДО «Дарын»). Непосредственное проведение Соревнований осуществляется Главной судейской коллегией, утвержденной ВК НМЦРОиДО «Дарын».

5. Ответственность за проведение отборочного внутришкольного и районного/городского этапов Соревнований возлагается на районные и городские отделы образования.

6. Для проведения каждого из этапов создается Организационный комитет.

Организационный комитет Соревнований «Спортландия»:

- принимает предварительные заявки на участие в соревнованиях;

- определяет даты проведения соревнований;

- создает комиссию по осуществлению процедур отправки команд и участников на соревнования;
- утверждает состав Главной судейской коллегии соревнования, судейской коллегии по видам спорта;
- обеспечивает соблюдение прав участников соревнований;
- составляет отчет о проведении этапов соревнований «Спортландия»;
- анализирует и обобщает итоги Соревнования;
- обеспечивает освещение хода подготовки, проведения и результатов Соревнований в СМИ.

7. Главный судья соревнований, Сармулдинов Ризабек Бариевич, сот. тел.: 87051757599.

3. Сроки и порядок проведения Соревнований

8. Для увеличения охвата детей дополнительным образованием через участие в массовых мероприятиях Соревнования проводится в три этапа:

Первый этап (отборочный) – *внутришкольный*;

Второй этап (отборочный) – *районный / городской*;

Третий этап (заключительный) – *Областные соревнования (7-10 декабря 2021 года, в онлайн формате через приложение Zoom).*

Заседание мандатной комиссии состоится 15.00 часов 7 декабря 2021 года в онлайн формате.

9. Сроки проведения первого (отборочного) и второго (отборочного) этапов Соревнований определяются приказами руководителей районных (городских) отделов образования, директоров организаций образования.

4. Участники и условия проведения

10. В областных соревнованиях принимают участие команды-победители отборочных этапов.

11. Состав команды - обучающиеся общеобразовательных школ, гимназий и лицеев, областных учреждений образования.

Учащиеся спортивных классов имеют право представлять в соревнованиях «Спортландия» общеобразовательные школы, в которых они проходят обучение с соблюдением всех требований настоящего Положения.

12. Областное соревнование «Спортландия» проводится среди двух групп:

1 группа: 5-6 класс (3 мальчика, 2 девочки – из одной школы);

2 группа: 7-8 класс (3 мальчика, 2 девочки – из одной школы).

13. Все участники, принимающие участие в соревнованиях «Спортландия», подлежат обязательному страхованию от несчастных случаев во время участия на основании Закона РК «О физической культуре и спорте», статья № 31. Ответственные за обязательную страховку – руководители отделов образования, тренеры-преподаватели, учителя по физической культуре.

14. Ответственность за безопасность и здоровье спортсменов-участников в период проведения соревнований несут представители команд и тренеры.

5. Заявки на участие

15. Предварительные заявки на участие подаются не позднее, чем за 10 дней до начала соревнований.

16. Предварительные заявки на участие в 3-ем этапе соревнований «Спортландия» (областной) за подписью руководителей отделов образования городов, районов и директоров организаций образования (*Приложение № 1*) направляются **не позднее 24 ноября 2021 года** в ВК НМЦРОиДО «Дарын» УО ВКО по адресу: г. Усть-Каменогорск, пр. Абая, 21, 3-этаж, e-mail: **vk_ocfk@mail.ru**.

17. Именные заявки на участие в Соревнованиях (областной этап), заверенные врачом, подаются в мандатную комиссию до 7 декабря 2021 года по адресу: г. Усть-Каменогорск, пр. Абая, 21, 3-этаж, e-mail: **vk_ocfk@mail.ru** подаются следующие документы (отсканированные) (*Приложение № 2*).

Одновременно с именной заявкой в мандатную комиссию подаются (отсканированные):

- удостоверение личности (свидетельство о рождении) участника (оригинал);
- личная карточка спортсмена (*Приложение №3*);
- письмо (приказ) организации образования о ответственности за жизнь и безопасность учащихся.

Справки по телефону: 8(72332)75-15-53, 8(777) 984-26-46.

6. Порядок проведения Соревнований

18. Во время карантина Соревнования проводится с соблюдением норм санитарно-эпидемиологической безопасности, режима дезинфекции.

В соответствии с санитарно-эпидемиологической ситуацией и другими условиями в порядок проведения Соревнований могут быть внесены изменения и дополнения.

19. Программа соревнований:

1 группа: 5-6 класс (3 мальчика, 2 девочки – из одной школы)

- Подтягивание на перекладине (мальчики);
- Поднимание туловища из положения лежа на спине (девочки);
- Упор присев, упор лежа (мальчики, девочки);
- Классическое приседание руки перед собой (девочки);
- Классические сгибание и разгибание рук в упоре лежа (мальчики);
- Бросок баскетбольного мяча от груди в корзину (мальчики, девочки).

2 группа: 7-8 класс (3 мальчика, 2 девочки – из одной школы).

- Подтягивание на перекладине (мальчики);
- Поднимание туловища из положения лежа на спине (девочки);
- Упор присев, упор лежа (мальчики, девочки);
- Классическое приседание руки перед собой (девочки);

- Классические сгибание и разгибание рук в упоре лежа (мальчики);
 - Бросок баскетбольного мяча от груди в корзину (мальчики, девочки).
- Общие условия соревнования (*Приложение №4*).

7. Определение победителей

20. Соревнование проводится как лично-командное по группам, с определением трех призеров по сумме баллов по практической части.

21. При сдаче практический заданий, в случае равенства результатов нескольких участников при выполнении отдельных упражнений, им присваивается одинаковое количество баллов.

22. В общей таблице соревнования суммируется количество баллов, набранных в выполнении упражнения.

23. При равенстве баллов победителей и призеров, то их общие места определяются в соответствии с приоритету по потягиванию на перекладине у мальчиков и упор присев упор лежа у девочек.

8. Награждение

24. Команды, занявшие I, II, и III места, в третьем областном этапе награждаются памятными кубками и дипломами, игроки медалями, соответствующих степеней.

9. Финансирование

25. Финансирование мероприятия осуществляется КГКП «Восточно-Казахстанский научно-методический центр развития одаренности и дополнительного образования «Дарын» управления образования ВКО согласно утвержденной смете.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАЯВКА
на участие в областных соревнованиях «Спортландия»,
посвященных 30-летию Независимости Республики Казахстан

Город (район) _____

№ п/ п	Командирующая организация (наименование, адрес, телефон)	ФИО участника (полностью по свидетельству о рождении)	Дата рождения (число, месяц год)	Место учебы (наименова- ние школы)	Язык обучения	Класс	Участник из многодетной и малообеспечен- ной семьи (указать)	Адрес проживания, электронная почта, телефон	Разряд	Тренер – предста- витель команды (адрес, сот.тел., e-mail)	Судья (адрес, сот.тел., e-mail)
1.											
...											

Ответственный исполнитель _____ *ФИО, телефон, e-mail*
(подпись)

Руководитель отдела образования / _____ *ФИО*
Руководитель направляющей организации *(подпись, М.П.)*

ИМЕННАЯ ЗАЯВКА
для участия в областных соревнованиях «Спортландия»,
посвященных 30-летию Независимости Республики Казахстан

Наименование города (района), областного учреждения образования: _____

Наименование школы: _____

№	ФИО (полностью)	День рождения, месяц, год	Класс	Социальный статус (малообеспеченный, многодетный)	Допуск врача
1					
2					
3					
4					
5					

Руководитель ОО _____
 (ФИО, подпись, печать)

ФИО врача _____
 (ФИО, подпись, печать)

Директор школы _____
 (ФИО, подпись, печать)

ФИО тренера-преподавателя, учителя физической культуры _____
 (ФИО, номер телефона)



ЛИЧНАЯ КАРТОЧКА
участника соревнования «Спортландия»

М.П. Класс _____
(печать школы ставится на угол фотографии)

Ф.И.О. _____

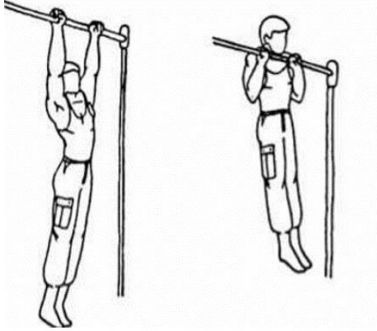
Год рождения _____


Место учебы _____

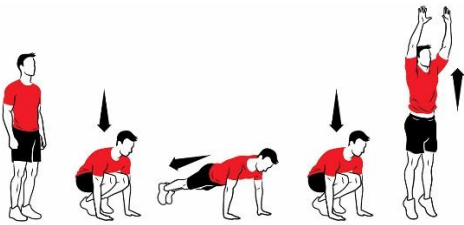
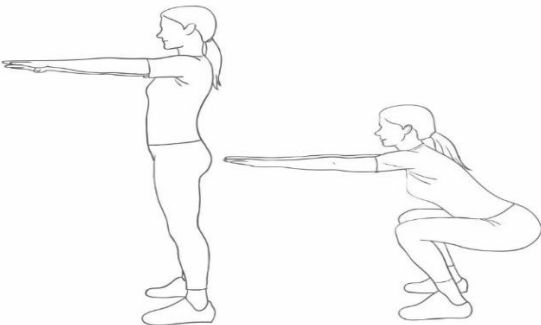
Директор школы (областного учреждения образования)

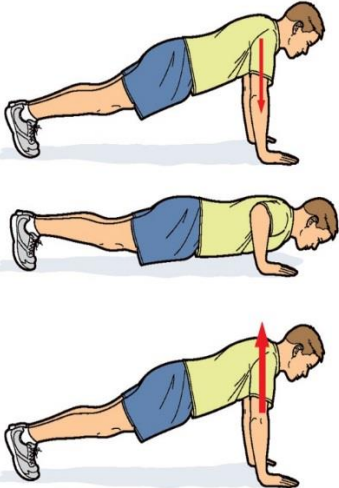
(Ф.И.О., подпись)

УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

№	Элементы	5-6, 7-8 класс (мальчики)	5-6, 7-8 класс (девочки)	Время для выполнения упражнения
1	<p>Подтягивание на перекладине</p> <p>Техника выполнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Из исходного положения подтянуться непрерывным движением, подняв подбородок выше грифа перекладины; 2. опуститься в вис; 3. самостоятельно остановить раскачивание; 4. зафиксировать на 0,5 секунд видимое на видео исходное положение; 5. услышав начало счета, продолжить упражнение <p>При подтягивании участнику запрещается:</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. наносить на ладони или гриф клеящие вещества, включая канифаль; 7. отталкиваться от пола и других предметов; 8. делать рывки, взмахи, волны ногами или туловищем; 9. сгибать руки поочередно; 10 висеть на одной руке; 11. применять накладки 12. опускать хват, раскрыв ладони. 	3+3		1 мин на каждого участника
2	<p>Поднимание туловища из положения лежа на спине</p> <p>Техника выполнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. лежа на спине, на гимнастическом мате 		2+2	1 мин на каждого участника

	<p>2. руки на груди, лопатки касаются мата, локти вперед</p> <p>3. Ноги согнутые, ступни прижаты партнером к полу.</p> <p>4. Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.</p> <p>Для выполнения упражнения создаются пары, один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.</p> <p>Ошибки, при которых выполнение не засчитывается: отсутствие касания локтями бедер (коленей); отсутствие касания лопатками мата; пальцы разомкнуты «из замка»; смещение таза.</p>  <p>ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯ С ПАРТНЕРОМ, ПРИДЕРЖИВАЮЩИМ СТОПЫ</p>			
3	<p>Упор присев, упор лежа. Техника выполнения:</p> <p>1. Из положения стоя, примите упор присев. Присядьте и упритесь руками в пол.</p> <p>2. Затем резко выбросив ноги назад, на носки, примите упор лежа.</p> <p>3. Вернитесь в исходное положение в обратном порядке. Не задерживайте дыхание, согласуя его с ритмом движений.</p>	3+3	2+2	1 мин на каждого участника

				
4	<p>Классическое приседание рука перед собой</p> <p>Техника выполнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Расположите ступни чуть шире плеч и слегка прогните поясницу. Носки и колени должны быть на одном уровне. 2. Руки вытянуты вперёд На вдохе опустите таз, чтобы он был параллелен полу. На выдохе вернитесь в исходное положение. 3. Во время приседания спина должна быть ровной или слегка изогнутой. 4. Колени должны быть на одной оси с кончиками пальцев ног, а вес следует распределить равномерно между ногами. 		2+2	1 мин на каждого участника
5	<p>Классические сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз)</p> <p>Техника выполнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Исходное положение 2. Упор лежа на руках и стопах 3. Ладони чуть шире плеч на уровне груди, направлены вперед, стопы на ширине плеч 4. На вдохе согните руки на локтях до прямого угла, опускаясь вниз. На выдохе вернитесь на исходную позицию 	3+3		1 мин на каждого участника

				
6	<p>Бросок баскетбольного мяча от груди в корзину</p> <p>Техника выполнения:</p> <p>1. Бросок двумя руками от груди с места выполняют из основной стойки нападающего с мячом. Игрок прицеливается в центр кольца и, подседая выполняет кругообразный замах руками с мячом, как при передаче двумя руками от груди.</p> <p>2. Одновременно с выпрямлением рук происходит плавное разгибание ног, и масса тела переносится на впереди стоящую ногу или на носки.</p> <p>3. Заканчивается бросок мягким захлестывающим движением кистей.</p> <p>4. Бросок баскетбольного мяча от груди в корзину производится с линии штрафного броска (для 5-6 классов размер мяча 5, для 7-8 классов размер мяча 6).</p>	3+3	2+2	5 бросков

Бросок мяча от груди

