МАОУ Дубровинская средняя общеобразовательная школа

**Положение**

**О проведении недели физкультуры среди**

**учащихся 1-11 классов**

**«Мы выбираем спорт»**

Разработал: учитель физической культуры

Орлов В.Г.

*Дубровное -2017 г.*

** **

**Положение**

**О проведении недели физкультуры среди**

**учащихся 1-11 классов**

**«Мы выбираем спорт»**

** **

**1.Общие положения.**

Настоящее положение определяет порядок организации и проведение недели физкультуры среди учащихся 1-11 классов «Мы выбираем спорт»

**2. Цели и задачи**

**Цель**:

Внутришкольная неделя физической культуры проводится с целью повышения уровня спортивного мастерства учащихся, пропаганды здорового образа жизни.

**Задачи**:

- пропаганда трезвости, против наркотиков и алкоголизации.

- пробудить у учащихся живой интерес к предмету «физическая культура».

- дать возможность проявить командный дух борьбы, сформировать навыки участия в спортивных соревнованиях, продемонстрировать свои способности.

- укомплектовать школьную команду для участия в районных , областных, зональных соревнованиях по видам спорта.

**3. Учредители и организаторы.**

МАОУ Дубровинская СОШ

**4. Сроки проведения**

Неделя физкультуры проводится с 13.02.2017по 17.02.2017 года.

**5. Участники**

К участию соревнований приглашаются учащиеся с 1 по 11 класс

**6. Порядок проведения.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды спорта** | **Сроки проведения** | **Место проведения** |
| Шашки | 13.02.17-17.02.17 | Рекреация |
| Шахматы | 13.02.17-17.02.17 | Рекреация |
| Настольный теннис | 13.02.17-17.02.17 | Рекреация |
| Гиревой спорт | 13.02.17-17.02.17 | Тренажерный зал «Грация» |
| Пауэрлифтинг | 13.02.17-17.02.17 | Тренажерный зал «Атлант» |
| Волейбол | 13.02.17-17.02.17 | Школьный спортзал |
| Легкоатлетическое троеборье (прыжок с места, поднимание туловища, челночный бег 3Х10м) | 13.02.17-17.02.17 | Школьный спортзал |

**7. Заявка**

1. Предварительные заявки от классов на участие по видам подаются за 2 недели до соревнований учителю ф/к.
2. Медицинский допуск ставится каждому участнику соревнований перечисленному в заявке.
3. Финансовые расходы по проведению соревнований, подготовки мест соревнований, награждение призеров несут организаторы соревнований.
4. Определение победителей в общекомандном первенстве в соревновании определятся по наименьшей сумме очков набранных по 7 видам программы.
5. Награждение классов, занявших в общекомандном зачете 1-3 места, награждаются дипломами и ценными подарками.

**Программа по видам спорта**

1. **Шашки** (1-11 кл.)

Состав команды 4 человека; от каждого класса 2 юноши, 2 девушки.

Игра состоит из 3 партий и до 2 побед.

Поражение 0 очков, победа 1 очко, ничья 0,5 очка.

Место проведения – рекреация.

1. **Шахматы** (1-11 кл.)

Состав команды 4 человека; от каждого класса 2 юноши, 2 девушки.

Игра состоит из 3 партий и до 2 побед.

Поражение 0 очков, победа 1 очко, ничья 0,5 очка.

Место проведения – рекреация.

1. **Настольный теннис** (1-11 кл.)

Состав команды 4 человека от класса (2 юноши, 2 девушки).

Игра состоит из трех партий.

Игра идет до 2 побед. Каждая партия идет до 11 очков.

Победа 1 очко, поражение 0 очков.

1. **Гиревой спорт** (6-11кл.)

Девушки принимают участие в дисциплине рывок «Гиря 6, 8, 12, 16 кг». (принимают участие все желающие)

По следующим весовым категориям: до 53 кг, 58 кг, 63кг +, 68 кг, + 68 кг.

Победитель определяется в каждой весовой категории по наибольшему количеству подъемов.

1. **Пауэрлифтинг(присед, жим, тяга),** (6-11 кл.)

Принимают участие все желающие

Юноши весовые категории: 43, 48, 53, 59, 66, 74, +83.

Девушки весовые категории: до 52, +52.

Победитель определяется в каждой весовой категории по наибольшему поднятому весу по сумме 3 видов.

1. **Волейбол** (8-11)

В соревнованиях принимают участие одна команда от классов 8-11.

Состав команды 6 человек (независимо от пола).

Игра состоит из трёх партий до 2 побед.

Партия до 25 очков (если в конце игры идёт равенство, перевес должен быть составлять 2 очка 25:27).

За победу 1 очко, за поражение 0 очков.

Место проведения – спортзал.

1. **Легкоатлетическое троеборье (прыжок с места, поднимание туловища, челночный бег 3Х10м)** (1-11 кл.)

Принимают участие все желающие

Победитель определяется по наибольшей сумме набранных очков по трем видам.

1 место-12 очков

2 место-9 очков

3 место-8 очков

4 место-6 очков

5 место-4 очка

6 место-2 очка

7 место и далее-1 очко

**Критерии подведения итогов**

Общекомандное первенство определяется по семи видам спорта, по наибольшей сумме набранных очков.

**Кадровое обеспечение мероприятия**

Для осуществления эффективной деятельности в плане реализации мероприяия предполагается привлекать к работе представителей всех заинтересованных структур:

-глава администрации с/п

-врач

-классный руководитель

- представители совета старшеклассников

-частные предприниматели

-пед. Коллектив