|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОНачальник Управления общего и профессионального образования администрации Чайковского муниципального района\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.М. Остренко | УТВЕРЖДАЮНачальник отдела физической культуры и спорта администрации Чайковского муниципального района\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Д.В. Паранин |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении соревнований среди спортивных команд**

**студентов средних и высших учебных заведений**

1. **Цель и задачи:**

Целью соревнований является реализация спортивно ориентированного физического воспитания студентов в соревновательной практике

Задачи:

* Обмен опытом работы педагогов средних и высших учебных заведений
* Совершенствование спортивной культуры учащихся
* Формирование спортивного стиля жизни
* Укрепление здоровья
* Повышения уровня спортивных знаний обучающихся
* Вовлечение студентов в систематические занятия спортом

**2. Руководство соревнований**

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет отдел физической культуры и спорта администрации Чайковского муниципального района, МАОУ ДОД «ДЮСШ п. Марковский». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую бригаду.

Главный судья соревнований – Паранин Д.В. , главный секретарь – Воронина Ю.С.

**3. Сроки и место проведения**

Соревнования проводятся в г. Чайковский 28 ноября 2015 г. на базе МАОУ ДОД «ДЮСШ п. Марковский»

**4. Участники соревнований**

К участию в соревнованиях допускаются сборные команды учащиеся средних и высших учебных заведений.

Состав команды – 19 человек: 8 юноши и 8 девушки, 1 тренер-преподаватель и 1 представитель команды. Команда должна быть укомплектована учащимися одного образовательного учреждения.

**5. Программа соревнований**

**ВУЗы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды программы, время | Количество участников | Ответственные, место проведения. |
| 1. | Работа мандатной комиссии Представитель команды 09.30-10.05 | Представитель, руководитель команды |  |
| 2. | Открытие соревнований10.15  |  Вся команда  |  |
| 3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 10.30 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 4. | Подтягивание из виса на высокой перекладине11.00 | 4 юношей  |  |
| 5. | Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу11.00 | 4 девушек |  |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа11.30 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 7. | Наклон вперед12.00 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 8. | Толчок гири12.30 | 4 юношей  |  |
| 9. | Стритбол13.00 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 10. | Награждение, закрытие соревнований 14.00  | Вся команда |  |

**СУЗы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды программы, время | Количество участников | Ответственные, место проведения. |
| 1. | Работа мандатной комиссии Представитель команды 09.30-10.05 | Представитель, руководитель команды |  |
| 2. | Открытие соревнований10.15  |  Вся команда |  |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине10.30 | 4 юношей  |  |
| 4. | Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу10.30 | 4 девушек |  |
| 5. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 11.00 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 6. | Наклон вперед11.30 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 7. | Толчок гири12.00 | 4 юношей  |  |
| 8. | Поднимание туловища из положения лежа12.30 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 9. | Стритбол13.30 | 4 юношей + 4 девушек |  |
| 10. | Награждение, закрытие соревнований 14.00  | Вся команда |  |

**6. Определение победителей и награждение.**

**Соревнования командные.**

Победитель в командном зачете определяется по наименьшей сумме занятых мест, в 2 группах (ССУЗ, ВУЗ) набранных в каждом виде программы: (подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, наклон вперед, толчок гири, поднимание туловища из положения лежа, стритбол юноши, стритбол девушки).

В командный зачет идет три лучших результата среди юношей и девушек по видам программы: подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, наклон вперед, толчок гири, поднимание туловища из положения лежа.

При равенстве очков предпочтение отдается команде, имеющей большее число 1,2,3 мест. В случае равных показателей будет учитываться результат в прыжке в длину с места.

Команды, занявшие в общекомандном зачете 1, команда занявшая 2 место награждается кубками, медалями, дипломами, 3 место награждается медалями, дипломами.

**8. Заявки**

Именные заявки, имеющие допуск врача и заверенные руководителям учебного заведения, подаются в мандатную комиссию в день соревнований.

Документы, представляемые в мандатную комиссию:

1. именная заявка команды;

Организационный взнос с команды – 250 руб.

**9. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

В целях обеспечения безопасности участников и зрителей, спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях, принятых в эксплуатацию государственными комиссиями, отвечающим требованиям Положения о мерах по обеспечению общественного порядка и безопасности, а так же эвакуации и оповещения участников и зрителей при проведении спортивных мероприятий (приказы от 17.10.1983г, № 786; от 05.02Л993г, № 10; от 06.07.1998г. № 255), Рекомендаций по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом» (приказ № 44 от 01.04.1993 г.), утвержденным правилами соревнований по видам спорта, а также при наличии актов готовности спортивного сооружения к проведению спортивных мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

**10. Заявки**

Предварительные заявки по форме (см. приложение) представляются не позднее 26 ноября 2015 г. по тел: 8 34241 9 60 36, или по e-mail: yulichka.vet@yandex.ru

Именные заявки, имеющие допуск врача и заверенные директором учебного заведения, подаются в главную судейскую коллегию в день соревнований.

Документы, представляемые в мандатную комиссию:

1) именная заявка команды;

2) паспорт (свидетельство о рождении) каждого участника;

**11. Финансирование**

Расходы, связанные с арендой спортивного сооружения за счет организационного взноса.

Расходы, связанные с награждением участников соревнований, за счет отдела физической культуры и спорта Чайковского муниципального района.

Контактные телефоны:

+79223306118 Паранин Дмитрий Викторович

**Приложение 1**

**ЗАЯВКА**

на участие в соревнованиях 18 апреля 2015, г.Чайковский, Пермский край.

Наименование организации­­­­

Адрес

Контактный телефон/факс

Именной состав команды

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | ФИО (полностью) | Дата рождения | Адрес места жительства | Паспортные данные | Допуск врача |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

Представитель команды:

 ФИО (полностью)

Тренер-преподаватель:

 ФИО (полностью)

Допущено:\_\_\_\_\_\_человек

 подпись врача и печать лечебного учреждения

Руководитель организации:

 Фамилия, инициалы, подпись и печать

**Приложение 2**

**Основное содержание и условия проведения соревновательных дисциплин**

* 1. **Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.**

В данном упражнении принимает участие вся команда: 4 (четыре) юноши и 4 (четыре) девушки.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место для отталкивания обозначено линией отталкивания.

Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания ногами до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляется выполнить 2 (две) попытки. Итоговым результатом участника будет считаться попытка, в которой показан лучший технический результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

* заступ за линию отталкивания или касание ее;
* выполнение отталкивания с предварительного подскока;
* отрыв пяток перед отталкиванием (прыжок на носках);
* отталкивание ногами поочередно.
	1. **Подтягивание из виса на высокой перекладине.**

В данном физическом упражнении принимают участие только юноши в количестве 4 (четырех) человек.

Подтягивание из виса 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 поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав исходное положение на 0,5 с, продолжает выполнять упражнение.

Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):

* подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
* подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
* отсутствие фиксации на 0,5 с исходного положения;
* поочередное сгибание рук.
	1. **Сгибание разгибание рук в упоре лежа.**

В данном физическом упражнении принимают участие только девушки в количестве 4 (четырех) человек.

Сгибание разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на прямых руках, ладони на ширине плеч. Туловище и ноги не сгибаются, нет прогиба в пояснице.

 Участник сгибает руки в локтевых суставах почти до касания грудью пола, затем разгибает руки, зафиксировав исходное положение на 0,5 с, продолжает выполнять упражнение.

 Для контроля касания разрешается использовать специальное техническое приспособление.

 Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):

* расслабленные мышцы спины и бедер, отсутствие прямого положения;
* не полный разгиб рук в локтевом суставе;
* поочередное разгибание рук;
* отсутствие фиксации на 0,5 с исходного положения;
* при использовании специального технического приспособления для контроля касания отсутствие касание как такового.
	1. **Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.**

В данном упражнении принимает участие вся команда: 4 (четыре) юноши и 4 (четыре) девушки.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из ИП: стоя гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-» , ниже - знаком «+».

Ошибки:

1) сгибание ног в коленях;

2) фиксация результата пальцами одной руки;

3) отсутствие фиксации результата в течение 2 с.

**1.5. Поднимание туловища из положения лежа на спине.**

В данном упражнении принимает участие вся команда: 4 (четыре) юноши и 4 (четыре) девушки.

Поднимание туловища из положения лежавыполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

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

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

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

Ошибки:

1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);

2) отсутствие касания лопатками мата;

3) пальцы разомкнуты "из замка";

4) смещение таза.

* 1. **Толчок гири**

В данном физическом упражнении принимают участие только юноши в количестве 4 (четырех) человек.

Спортсмен закидывает гирю на грудь (исходное положение), выталкивает при помощи подседа на полностью выпрямленные руки над головой, фиксирует их и после счёта судьи принимает исходное положение (гири на груди). Вес гири – 16 кг. Время выполнении 1 минута.

Не засчитывается, если:

- есть дожим гирь вверху;

- нет фиксации;

- есть потеря равновесия;

- смена положения рук во время подседа.

При спуске гирь в вниз или на помост, или при остановке гирь на плечах выполнение упражнения останавливается.

* 1. **Стритбол**

В данном виде программы соревнований принимает участие команда юношей, состоящая из 4 (четырех) человек и команда девушек, состоящая из 4 (четырех) человек. Любые изменения, замена состава участников может быть произведена только с согласия Главного судью по виду программы.

Система розыгрыша и подведение итогов по виду программы определяется Главной судейской коллегии с представителями команд – участниц соревнований.

Соревнования проводятся по следующим правилам игры:

1.Площадка.

* + Площадка представляет собой половину обычной площадки для баскетбола с одной корзиной.
	+ Трехсекундной зоны нет.
	+ Места для борьбы за подбор при [штрафном броске](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%BD%D0%BE%D0%B9_%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%BA) обозначены линиями длиной 85 см и шириной 5 см и расположены так же, как на обычной площадке для баскетбола.
	+ Полукруга для выполнения штрафных бросков нет.
	+ Линия для выполнения штрафных бросков расположена на том же расстоянии от точки — проекции центра кольца на площадку, что и на обычной баскетбольной площадке, и имеет длину 1 метр.

2.Судьи.

* Игру может обслуживать любое количество судей.
* Судьи осуществляют полный контроль над игрой. Основные обязанности судей: проведение процедуры жеребьевки в ситуации «начало игры», назначение тайм-аутов (длительностью в 30 секунд), «спорный мяч» и в подобных ситуациях; определение команды, имеющей право на владение мячом, в ситуациях, когда это требуется; ведение счета игры; отсчет игрового времени; определение ситуации «спорный мяч»; фиксирование всех нарушений (пробежка, неправильное ведение, аут и т. д.), а также всех фолов.
	1. Команды.
* Играют 2 команды.
* В начале игры на площадке должны быть 3 человека от команды.
* Капитаном команды может быть любой из ее участников.
* Одновременно на площадке не может быть меньше 2 и больше 3 игроков одной команды.
* Если во время игры в команде осталось меньше 2 игроков, этой команде засчитывается поражение «из-за нехватки игроков» (0:2).
* Если по истечении 2 минут с момента времени начала игры (по расписанию) в команде нет 3 игроков (неявка), этой команде засчитывается поражение «лишением права» (0:2).

3.Игровые положения.

* Начисление очков. Мяч, заброшенный с игры из зоны дальних бросков (эта зона соответствует трехочковой зоне в баскетболе), оценивается 2 очками. Любой другой мяч, заброшенный с игры, оценивается 1 очком. Результативный штрафной бросок оценивается 1 очком. За точный бросок, совершенный командой, определенной жребием, после окончания дополнительного периода начисляется 1 очко. За неточный бросок, совершенный командой, определенной жребием, после окончания дополнительного периода очко начисляется команде-сопернице.
* Игровое время. Основное время игры длится 6 минут (в данном соревновании «Спортивная смена России»). В первые 5 минут игровые часы останавливаются только на тайм-ауты и технические задержки. Дополнительный период длится до первого правильно забитого мяча, но не более 2 минут. В первую 1 минуту дополнительного периода игровые часы останавливаются только на тайм-ауты и технические задержки.
* Начало игры. Команда, начинающая игру, определяется жребием.
* Определение победителя. Победителем объявляется команда:
— которая в основное время игры набирает 16 очков;
— в активе которой больше очков в момент, когда истекает основное время игры;
— которая первой забрасывает мяч в дополнительном периоде (дополнительный период назначается в случае, если по истечении основного времени игры счет равный). Если в дополнительном периоде мяч не заброшен, любой игрок команды, определенной жребием, выполняет бросок из зоны дальних бросков. Победителем объявляется:
— команда, игрок которой выполнял этот бросок, если бросок удачен;
— команда-соперница, если бросок неудачен.
* Право на атаку. Команда приобретает право на атаку, когда она контролирует мяч в зоне дальних бросков или получает право на штрафной бросок. Команда теряет право на атаку, когда команда-соперница приобретает право на атаку. Если команда забрасывает мяч, когда право на атаку имеет команда-соперница, происходит нарушение: мяч не засчитывается, право на владение мячом получает команда-соперница.
* Право на владение мячом. После того как одна команда совершила фол или нарушение или правильно забросила мяч с игры или последний штрафной бросок (за исключением случаев, когда это штрафной бросок, назначенный за неспортивный, технический или дисквалифицирующий фол), команда-соперница получает право на владение мячом в зоне дальних бросков. После штрафных бросков, назначенных за неспортивный, технический или дисквалифицирующий фол, независимо от того, удачен последний бросок или нет, та же команда, которая выполняла штрафные броски, получает право на владение мячом в зоне дальних бросков.
* «Чек». Любой игрок команды, получившей право на владение мячом в результате фола или нарушения или в результате того, что команда-соперница забросила мяч, должен вывести его в зону дальних бросков и предоставить ближайшему игроку команды-соперницы для «чека» («проверки»). При этом все игроки защищающейся команды должны находиться вне пределов зоны дальних бросков (внутри линии дальних бросков). Получив мяч обратно в зоне дальних бросков и установив над ним контроль (в этот момент — по установлении контроля — включаются игровые часы в начале игры и дополнительного периода, после тайм-аутов и остановок в игре, а также на последней минуте, когда отсчитывается «чистое» игровое время; в этот момент игроки обороняющейся команды получают право выходить в зону дальних бросков), игрок нападения может совершать любые игровые действия, включая атаку корзины. В случае немедленного выбивания защитником мяча при «чеке» до установления нападающим контроля над мячом: время не запускается, «чек» выполняется заново.
* Ситуации спорного броска. Правило поочередного владения («по стрелке») не действует. При возникновении ситуации спорного броска любой из игроков команды, которая последней контролировала мяч перед возникновением ситуации спорного броска, совершает бросок из зоны дальних бросков. Если бросок точен, эта команда получает право на владение мячом через процедуру «чека». Если бросок неточен, право на владение мячом получает команда-соперница.
* Начало дополнительного периода. Команда, которой предоставляется право на владение мячом в начале дополнительного периода, определяется так же, как команда, имеющая право на владение мячом в ситуации спорного броска.
* Замены. Замены разрешены обеим командам в любой момент, когда мяч мертвый. Просьбу о замене капитан команды высказывает судье.
* Тайм-ауты. Каждая команда имеет право на один 30-секундный тайм-аут в течение основного времени игры и один 30-секундный тайм-аут в течение дополнительного периода. Возможность для тайм-аута появляется тогда же, когда возможность для замены. Тайм-аут у судьи запрашивает капитан команды.
	1. Нарушения и фолы.
* Правило 12 секунд. Время на атаку ограничено 12 секундами; все прочие детали этого правила полностью соответствуют статье «24 секунды» официальных правил баскетбола. (На турнирах, к которым затруднительно привлечь достаточное число операторов 12 секунд, возможно использование правила: время на атаку не ограничено.)
* [Штрафные броски](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%BD%D0%BE%D0%B9_%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%BA). Наказание за фол зависит от статуса фола:
— за фол на игроке в процессе дальнего броска (бросок неточен) — 2 штрафных броска;
— за фол на игроке в процессе 1-очкового броска (бросок неточен) — 1 штрафной бросок;
— за фол на игроке в процессе любого броска с игры (бросок точен) — за считывание попадания + 1 штрафной бросок;
— за любой другой фол, кроме фолов «в нападении», 1 штрафной бросок назначается начиная с 4-го командного (каждый из первых 3 фолов команды в данной игре, если этот фол не неспортивный, не технический, не дисквалифицирующий и совершен не на игроке в процессе броска, ведет к возобновлению игры командой-соперницей через процедуру «чека»);
— если фол произошел вследствие персонального контакта, штрафные броски выполняет игрок, на котором совершен фол; в противном случае штрафные броски выполняет любой игрок команды-соперницы;
— если фол неспортивный, технический или дисквалифицирующий, после выполнения последнего штрафного броска команда, которая выполняла штрафные броски, получает право на владение мячом в зоне дальних бросков через процедуру «чека»;
— если фол не неспортивный, не технический и не дисквалифицирующий, после исполнения последнего штрафного броска игроки борются за подбор.
* Игрок, выполняющий штрафной бросок. Игрок, выполняющий штрафной бросок, должен расположить обе ноги в непосредственной близости от линии штрафного броска и так, чтобы эта линия находилась между ним и корзиной. После того как зафиксирован фол, ему отводится 5 секунд на выполнение первого штрафного броска (за эти 5 секунд остальные игроки должны занять правильные позиции для подбора) и 5 секунд на выполнение второго штрафного броска, если назначено 2 броска.
* Лимит персональных фолов отсутствует. Количество персональных фолов (не неспортивных, не технических и не дисквалифицирующих), которыми может быть наказан игрок, не потеряв права играть, не ограничено.
* Неспортивный фол. Фол классифицируется как неспортивный, если выполняется хотя бы одно из следующих условий: — преднамеренный фол совершен на игроке, который в момент фола не контролировал мяч, но его команда контролировала мяч; — контакт был чрезмерным («жесткий фол»).
* Дисквалификация игрока. Игрок, совершивший в одной игре 2 неспортивных фола, 2 технических фола или 1 дисквалифицирующий фол, дисквалифицируется до конца игры. В случае драки каждый игрок, принявший участие в драке, дисквалифицируется до конца игры плюс на срок, определенный совместным решением судей, обслуживающих игру, и Главного судьи турнира.
* Дисквалификация команды. Команда, два игрока которой были дисквалифицированы в течение турнира, дисквалифицируется до конца турнира.

4.Дополнение.

При появлении кровотечения у игрока судья обязан моментально прервать игру. Как можно скорее должна последовать замена. Однако если по обнаружении кровотечения одна из команд берет 30-секундный тайм-аут и за время тайм-аута кровотечение остановлено, игрок может продолжить игру.