

Заместитель председателя
Комитета по образованию
Санкт-Петербурга


А.А. Борщевский

2016 г.



Генеральный директор
ГБОУ «Балтийский берег»


Н.А.Зубрилова

2016 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

**о Первенстве среди школьных спортивных клубов
общеобразовательных учреждений Санкт - Петербурга
«Балтийские старты» по физической подготовленности
«Готов к труду и защите Отечества»,
посвященном 71 годовщине Победы советского народа
над фашистскими захватчиками в
Великой Отечественной войне 1941-1945 годов**

**Санкт-Петербург
2015 год**

1. ЦЕЛИ

Первенство среди школьных спортивных клубов общеобразовательных учреждений Санкт – Петербурга «Балтийские старты» по физической подготовленности «Готов к труду и защите Отечества», посвященном 71 годовщине Победы советского народа над фашистскими захватчиками в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов (далее Первенство) проводится в рамках реализации государственного задания по «Развитию творческого процесса и совершенствованию спортивного мастерства детей, занимающихся в творческих и спортивных коллективах образовательных учреждениях Санкт-Петербурга с целями:

- пропаганды здорового образа жизни среди подрастающего поколения через популяризацию ценностей олимпийского движения;
- привлечения детей и подростков к систематическим занятиям спортом и физической культурой;
- повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности детей и подростков;

выявление сильнейших команд среди школьных спортивных клубов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга по нормативам II ступени, в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. N 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

2. ОРГАНИЗАТОРЫ ПЕРВЕНСТВА

- 2.1. Руководство подготовкой и проведением Первенства осуществляется сектором спортивно-массовой работы СДЮСШОР ГБОУ «Балтийский берег».
- 2.2. Проведение Первенства возлагается на судейскую коллегия, утверждённую СДЮСШОР ГБОУ «Балтийский берег».
- 2.3. Судейская коллегия осуществляет руководство Первенства и выполняет следующие функции:
 - прием заявок на участие от сборных команд;
 - обеспечение организационной подготовки и проведения программы Первенства;
 - подведение итогов Первенства.

3. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

- 3.1. Состав команды: 4 человека (2 юношей +2 девушек), 1 руководитель, допускается участие 1 представителя района для организации судейства соревнований.
- 3.2. К участию в соревнованиях допускаются учащиеся школьных спортивных клубов, возрастной группы II ступени, имеющие необходимую физическую и специальную подготовку, медицинский допуск и страховой полис от несчастного случая.
- 3.3. Предварительные заявки команд принимаются по электронной почте: bb.sport@yandex.ru, тел. 325-00-95 до 05 февраля 2016 года.
- 3.4. Заявка, согласно Приложения № 1, подается руководителями образовательных учреждений СПб до 05 апреля 2016 года по адресу: Санкт – Петербург, ул. Черняховского, д. 49А, каб.114, тел. 325-00-95.
- 3.5. Участники команд обязаны строго соблюдать правила поведения на спортивных объектах, технику безопасности участников при проведении Первенства, согласно Приложению № 2.

4.2. Место проведения Первенства - детский оздоровительно-образовательный лагерь «Молодежное» ГБОУ «Балтийский берег» (пос. Молодежное, Приморское шоссе, д. 651).

4.3. Соревнования проводятся по нормативам II ступени, в соответствии с Методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), одобренные на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) протоколом № 1 от 23.07.2014 пункт II/1 одобренные на заседаниях Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28.05.2014 и 27.08.2014г.

5. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ

5.1. Первенство проводится на базе детского оздоровительно-образовательного лагеря «Молодёжное» ГБОУ «Балтийский берег», отвечающего требованиям соответствующих нормативно-правовых актов, действующих на территории Российской Федерации, направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей соревнований.

5.2. Медицинское обеспечение мероприятия осуществляет ДООЛ «Молодежное» ГБОУ «Балтийский берег».

6. ПРОГРАММА ПЕРВЕНСТВА.

I. ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ БЛОК: творческий конкурс: «Визитная карточка клуба».

II. СПОРТИВНЫЙ БЛОК: виды многоборья по нормативам II ступени.

III. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ БЛОК: конкурс «Знатоки Олимпизма».

I. Творческий конкурс: «Визитная карточка клуба»

Каждая команда представляет «Визитную карточку»: представление клуба - творческий номер. Время выступления не более 7 минут. Команду оценивает жюри по бальной системе в соответствии с критериями оценки.

Критерии оценки:

1. **соответствие теме** (от 1 до 4-х баллов);
2. **качество постановки и исполнения:** оценивается знание слов, четкое и ясное произношение, синхронность движений движение и т.д. допускается использование фонограмм для исполнения музыкальных композиций (от 1- до 5 баллов);
3. **оригинальность:** оценивается творческий подход к раскрытию темы (от 1 до 4-х баллов);
4. **уровень сценической культуры** (от 1 до 3-х баллов);
5. **использование реквизита** (от 1 до 4-х баллов);
6. **соблюдение регламента выступления** (за превышение временного регламента команда будет «оштрафована» на один балл, который будет отниматься от общей суммарной балловой оценки команды).

II. Спортивный блок.

Соревнования лично-командные.

1.	Бег 60 м (сек.)	по <i>min</i> времени	<i>девушки</i> <i>юноши</i>
2	Бег на 1000 м (мин. сек.)	по <i>min</i> времени	<i>девушки</i> <i>юноши</i>
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	<i>max</i> количество ра	<i>юноши</i> <i>девушки</i>
4	Метание мяча весом 150 г. (м.)	по <i>max</i> дальности приземления снаряда	<i>девушки</i> <i>юноши</i>
5	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)	по <i>max</i> шкале см	<i>девушки</i> <i>юноши</i>
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	по <i>max</i> дальности приземления	<i>девушки</i> <i>юноши</i>
7	Бег на лыжах 1000 м (мин. сек.) или кросс на 2000 м без учета времени	по <i>min</i> времени	<i>девушки</i> <i>юноши</i>

1. Бег 60 м (девушки, юноши)

Бег на дистанцию 60 м проводится на открытом оборудованном поле. Имеются отметки "Старт" и "Финиш".

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде "Марш!" (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии. Секундомер останавливают в момент пересечения линии "Финиш". Участники стартуют по 2 человека.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- 1) заступ за линию старта до команды старт;

2. Бег на 1000 м. (девушки, юноши)

Бег проводится на дистанциях, проложенных преимущественно на местности со слабо- и среднепересеченным рельефом в закрытых от ветра местах в соответствии с Приложением 7 к СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189.

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде "Марш!" (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии. Секундомер останавливают в момент пересечения линии "Финиш".

3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (юноши, девушки).

Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (сиденье стула) выполняется из ИП: руки на ширине плеч, кисти рук опираются о передний край гимнастической скамьи (сиденья стула), плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Участник, сгибая руки, прикасается грудью к переднему краю гимнастической скамьи (сиденью стула), затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста).

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

Ошибки (попытка не засчитывается):

- 1) касание пола коленями;
- 2) нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
- 3) отсутствие фиксации ИП на 0,5 с;
- 4) поочередное разгибание рук;
- 5) отсутствие касания грудью края гимнастической скамьи (или сиденья стула).

4. Метание мяча весом 150 г. (м) (юноши, девушки).

коридора устанавливается в зависимости от подготовленности участников. Метание выполняется с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо», участнику выполняется три попытки, в зачет идет лучший результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- 1) заступ за линию метания;
- 2) снаряд не попал в коридор;
- 3) попытка выполнена без команды спортивного судьи.

5. Наклон вперед из положения «Стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье» (юноши, девушки).

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

При выполнении испытания (теста) 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 сек. 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 сек.

6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юноши, девушки).

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в секторе для горизонтальных прыжков. Участник принимает исходное положение (далее - ИП): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног 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.

7. Бег на лыжах 1000 м или кросс 2000 м по пересеченной местности.

Кросс или бег на лыжах (свободным стилем) проводится на дистанциях, проложенных преимущественно на местности со слабо- и среднепересеченным рельефом в закрытых от ветра местах в соответствии с Приложением 7 к СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189.

В беге на лыжах участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде "Марш!" (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии. Секундомер останавливают в момент пересечения линии "Финиш".

В кроссе участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде "Марш!" участник бежит до финишной линии. Без учета времени.

Вид дистанции определяется до 01 декабря 2015 году, в соответствии с погодными условиями.

Результат определяется по минимально затраченному времени

III. Конкурс: «Знатоки Олимпизма».

Состав команды: **2 человека** (1 мальчик, 1 девочка).

В каждом блоке 5 вопросов, за правильный ответ начисляется 1 балл.

Дополнительно в тесте 3 блиц вопроса, за каждый правильный ответ - 3 балла.

7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ.

- 7.1. К командному Первенству допускаются команды, участвующие во всей программе мероприятия. Участники (команды) заявившиеся на отдельные виды программы допускаются вне конкурса.
- 7.2. Победители и призеры в личном первенстве (среди юношей и девушек) определяются по лучшему результату в каждом виде многоборья, награждаются медалями и грамотами.
- 7.3. Победители и призеры в командном Первенстве определяются по лучшим результатам участников команды, награждаются кубками и грамотами и призами.
- 7.4. Возможна замена (при наличии медицинской справки) юноши девушкой, при изменении технической заявки, не позже 60 минут до начала старта первого участника.
- 7.5. Победители и призеры в конкурсе «Визитная карточка клуба» определяются по сумме баллов; в конкурсе «Знатоки Олимпизма» - по сумме баллов набранных за правильно отвеченные вопросы, при равной сумме баллов места распределяются по наименьшему времени, затраченному на выполнения теста.
Победители конкурсов награждаются кубками и грамотами, призеры - грамотами.
- 7.6. Победители и призеры в командном - награждаются кубками и грамотами и призами.
- 7.7. Все команды-участники получают сертификаты участников Первенства среди школьных спортивных клубов общеобразовательных учреждений Санкт – Петербурга «Балтийские старты» по физической подготовленности «Готов к труду и защите Отечества».
- 7.8. Предварительные протоколы вывешиваются спустя 2 часа после закрытия.
Время подачи протестов - 1 час после вывешивания протоколов в письменном виде главному секретарю соревнований!
Решение по протесту оформляется письменным заключением и приобщается к отчёту судейской бригады о мероприятии.

8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ.

- 8.1. Расходы по финансовому обеспечению Первенства осуществляет ГБОУ «Балтийский берег» из средств, выделенных на организацию и проведение культурно-массовых, физкультурно-спортивных, научно-технических, спортивно-технических, туристско-краеведческих и военно-патриотических конкурсов, фестивалей, смотров и мероприятий для детей и молодежи в рамках реализации государственного задания по «Развитию творческого процесса и совершенствованию спортивного мастерства детей, занимающихся в творческих и спортивных коллективах образовательных учреждениях Санкт-Петербурга.
- 8.2. Расходы по командированию, питанию, амортизации основных средств ГБОУ «Балтийский берег» несут командирующие организации.
(По вопросу оплаты команд участников обращаться по тел. (812) 325-00-69, Авраменко Наталья Александровна, начальник отдела маркетинга ГБОУ «Балтийский берег»).

ГБОУ «Балтийский берег»

Гуреев М.В.

«Согласовано»

Заместитель генерального директора
по организационно-массовой работе
ГБОУ «Балтийский берег»

Губаненков С.М.

«Согласовано»

Заместитель генерального директора
по развитию оздоровительной деятельности
ГБОУ «Балтийский берег»

Климовская Е.М.

«Согласовано»

Заместитель генерального директора
по финансово-экономическим вопросам
ГБОУ «Балтийский берег»

Погодина И.С.

«Согласовано»

Начальник отдела маркетинга

ГБОУ «Балтийский берег»

Авраменко Н.А.

(полное наименование ОУ)

в Первенстве среди школьных спортивных клубов
общеобразовательных учреждений Санкт – Петербурга «Балтийские старты»
по физической подготовленности
«Готов к труду и защите Отечества»

Сроки проведения: 26-28 апреля 2016 года.

Место проведения: ДООЛ «Молодежное» ГБОУ «Балтийский берег»

№ п./п.	Ф.И.О.	Дата рождения	Домашний адрес, тел.	Класс	Ф.И.О. родителя	Страховой полис от несчастного случая №	Согласие родителей на обработку персональных данных /подпись/
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

Руководитель команды:

Заместитель руководителя:

К соревнованиям допущены _____ чел.

Врач:

Директор ОУ:

М.П.

« _____ » 2016 г.

**Инструкция по мерам обеспечения безопасности участников
Первенства среди школьных спортивных клубов
общеобразовательных учреждений Санкт – Петербурга «Балтийские старты»
по физической подготовленности
«Готов к труду и защите Отечества»**

Весь состав команды должен выполнять следующие требования по обеспечению безопасности:

1. В период подготовки к мероприятию руководитель команды обязан:

- 1.1. Оформить заявку и приказ по образовательному учреждению о выезде команды.
- 1.2. Представить на мандатную комиссию все документы, перечисленные в Положении о соревнованиях.

2. Во время проведения Первенства.

- 2.1. **КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ ВЫХОД ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ТРАМПЛИНЫ ДООЛ «МОЛОДЕЖНОЕ»!**
- 2.2. **КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ ВЫХОД ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ЛЕДОВУЮ ПОВЕРХНОСТЬ ФИНСКОГО ЗАЛИВА!**
- 2.3. Все руководители и участники соревнований должны безоговорочно выполнять требования организаторов соревнований и судей, обозначаемые ими как «**требования безопасности**».
- 2.4. На соревнованиях участники должны соблюдать правила проведения, иметь спортивную одежду и обувь, выполнять требования личной гигиены.
- 2.5. Выполнять упражнения и брать спортивный инвентарь можно только после соответствующего разрешения судьи соревнований;
- 2.6. Выполняя групповой забег на короткую дистанцию, бежать только по своей дорожке;
- 2.7. При забеге для минимизации риска падения и столкновения после пересечения финишной черты школьник не должен резко останавливаться;
- 2.8. Не допустимо выполнять прыжки на рыхлом, скользком или неровном грунте, также нельзя приземляться после прыжка на руки;
- 2.9. Место приземления на площадке для прыжков с места должно быть не скользким, сама площадка ровная и до ближайшего препятствия или стены должно быть не менее двух метров;
- 2.10. Перед выполнением упражнений метания необходимо удостовериться в отсутствии в секторе броска людей или посторонних предметов. Также нельзя стоять справа вблизи от метаемого, находится в зоне броска во время упражнения и ходить за снарядами без разрешения судьи;
- 2.11. Запрещено выполнять упражнения на перекладине с влажными ладонями, баловаться и мешать проведению соревнований;
- 2.12. Руководители команд должны обеспечивать дисциплину команды.
- 2.13. Руководители команд должны следить за функциональными изменениями за состоянием обучающихся, по мере необходимости ставить в известность организаторов Первенства.
- 2.14. При ухудшении самочувствия или получении травмы спортсмен обязан немедленно прекратить выполнение испытаний и тестов, и сообщить об этом судье соревнований.
- 2.15. Руководители команд должны провести дополнительную разминку всех мышц (особенно голено-стопных), повторить приемы и правила выполнения видов, определенных в многоборье.

3. Санитарно-гигиенические требования.

- 3.1. На руководителей команд возлагается ответственность за состояние здоровья участников, в том числе, за наличие инфекционных заболеваний и желудочно-кишечных расстройств.
- 3.2. При следовании от места проведения соревнований в Санкт-Петербург команды обязаны соблюдать пункты **2.1.** настоящей инструкции.
- 3.3. При высадке из поезда на промежуточной станции следования необходимо соблюдать требования пункта **2.4.**

4. При кроссе по пересеченной местности.

- 4.1. При движении на спуск запрещается:
 - одновременное движение участников на крутых (крутизной более 20 градусов) или на не просматриваемых спусках;
 - выходить на трассу спуска, если на ней лежит упавший участник.

Все руководители и участники соревнований должны безоговорочно выполнять требования организаторов соревнований и судей, обозначаемые ими как «**требования безопасности**».

осмотр и инструктаж по мерам обеспечения безопасности.

1.2. К участию в Первенстве допускаются обучающиеся и воспитанники, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.3. При проведении Первенства возможны опасные ситуации:

- возникновение пожара,
- травмы различного происхождения,
- стихийное бедствие,
- ухудшение самочувствия участников Первенства.

1.4. Места проведения Первенства, должны быть обеспечены медицинской помощью (дежурная скорая помощь, врач), так же средствами доврачебной медицинской помощи - аптечкой, укомплектованной приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 5 марта 2011 г. № 169н.

1.5. Участники Первенства обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать место нахождения огнетушителей в помещении. Помещение, где проводится Первенство должно соответствовать нормам пожарной безопасности.

1.6. В случаях травмы или ухудшения самочувствия участников Первенства необходимо немедленно сообщить руководителю мероприятия и администрации учреждения, принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.7. Лица, допустившие нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка.

2. Требования безопасности перед проведением Первенства

2.1. Приказом руководителя назначить ответственных лиц за проведение Первенства. Приказ довести до ответственных лиц под роспись.

2.2. Провести целевой инструктаж по охране труда назначенных ответственных лиц с записью в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

2.3. Провести инструктаж по мерам обеспечения безопасности участников Первенства с записью в журнале установленной формы.

2.4. Проверить все помещения, эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности, а также убедиться в наличии и исправности первичных средств пожаротушения, связи и пожарной автоматики.

2.5. Проветрить помещения, где будут проводиться спортивно – массовые мероприятия, на предмет выявления опасных факторов и проконтролировать проведение влажной уборки.

3. Требования безопасности во время проведения спортивно – массового мероприятия

3.1. В помещении, где проводится Первенство, должны находиться назначенные ответственные лица.

3.2. Строго выполнять все указания руководителя при проведении Первенства.

3.3. Все эвакуационные выходы во время проведения Первенства не запираются, световые указатели «Выход» включены.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении пожара немедленно без паники эвакуировать учащихся и воспитанников из здания, используя все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре в службу спасения по телефону 112, приступить к тушению пожара с помощью огнетушителей и подручных средств.

4.2. При получении участником мероприятия травмы или ухудшения его самочувствия немедленно сообщить об этом руководителю мероприятия и администрации учреждения, оказать пострадавшему первую доврачебную помощь, при необходимости вызвать скорую помощь или отправить его в ближайший травм пункт.

5. Требования безопасности по окончании Первенства

5.1. Убрать в специально отведенное место инвентарь и оборудование.

5.2. Проветрить помещение и проконтролировать проведение влажной уборки.

5.3. Проверить противопожарное состояние помещений, закрыть окна, форточки, фрамуги и выключить свет.