

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»
(ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»)

ПРИКАЗ

« ____ » _____ 20__

Казань

13.12.2021
№ 958-о

О проведении X олимпиады по физической культуре
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»

В соответствии с подпунктом 9 пункта «Спортивно-оздоровительная работа» раздела 7 Сводного плана работы ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» на 2021-2022 учебный год,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать и провести с 15 декабря 2021 года по 23 января 2022 года X олимпиаду по физической культуре ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» (далее – олимпиада). Место проведения: г. Казань тер. Деревня Универсиады, зд. 35 ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ».

2. Ответственными лицами за организацию и проведение олимпиады назначить заведующего кафедрой теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта Павлова С.Н., заведующего кафедрой теории и методики гимнастики Ботову Л.Н., заведующего кафедрой теории и методики волейбола и баскетбола Коновалова И.Е., заведующего кафедрой теории и методики футбола и хоккея Поканинова В.Б., и.о. заведующего кафедрой теории и методики водных видов спорта Васильеву И.А.

3. Утвердить:

3.1. Состав Оргкомитета олимпиады (приложение №1)

3.2. Состав жюри олимпиады (приложение № 2);

3.3. Положение о проведении олимпиады (приложение № 3);

3.4. Программу очного тура олимпиады (приложение № 4);

3.5. Смету расходов на проведение олимпиады.

4. Проректору по хозяйственной деятельности Хуснутдинову Р.Р. обеспечить трансфер участников на период проведения олимпиады.

5. Управляющему Учебно-лабораторным корпусом Камалетдинову А.Ф., директору УСК «КПБ «Буревестник» Салихову М.М. оказать содействие в проведении олимпиады.

6. Главному бухгалтеру – начальнику Управления бухгалтерского учета и финансового контроля Мухамедкаримовой Г.К. произвести расходы согласно пункту 3.5. настоящего приказа за счет средств, полученных от приносящей доход деятельности.

7. Начальнику отдела организации охраны здоровья Бадрутдиновой А.Ф. обеспечить работу медицинского персонала на период проведения олимпиады.

8. При исполнении настоящего приказа строго руководствоваться Федеральным законом Российской Федерации от 10 декабря 1995 г. № 196-ФЗ «О безопасности дорожного движения», постановлением Правительства Российской Федерации от 23 сентября 2020 г. N 1527 «Об утверждении Правил организованной перевозки группы детей автобусами», приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 15 декабря 2014 г. № 835н «Об утверждении Порядка проведения предсменных, предрейсовых и после сменных, после рейсовых медицинских осмотров», письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 июля 2014 г. № 08-988 «О направлении методических рекомендаций», Федеральным законом Российской Федерации от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» и подзаконными нормативно-правовыми актами Российской Федерации.

9. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на проректора по учебной работе и цифровой трансформации Павлову А.В.

И.о. ректора



Р.Т. Бурганов

Приложение № 1
УТВЕРЖДЕН
приказом ФГБОУ ВО
«Поволжский ГУФКСиТ»
от «___» _____ 2021 № _____

Состав Оргкомитета
X олимпиады по физической культуре
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»

№ п/п	ФИО	Должность
1.	Павлов Сергей Николаевич	к.б.н., заведующий кафедрой теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (председатель);
2.	Бровкин Андрей Павлович	преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (зам. председателя);
3.	Латыпов Ильдар Касимович	д.п.н., кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (член жюри);
4.	Ботова Любовь Николаевна	к.б.н., заведующий кафедрой теории и методики гимнастики (член жюри);
5.	Коновалов Игорь Евгеньевич	д.п.н., заведующий кафедрой теории и методики волейбола и баскетбола(член жюри);
6.	Поканинов Валерий Борисович	к.п.н., заведующий кафедрой теории и методики футбола и хоккея (член жюри);
7.	Васильева Ирина Александровна	к.п.н., и.о. заведующего кафедрой теории и методики водных видов спорта (член жюри);
8.	Ислямов Данир Рамилевич	ответственный секретарь приемной комиссии;
9.	Быстрова Лейли Юрьевна	ведущий специалист отдела развития информационных технологий (технический специалист);
10.	Невмывака Анастасия Игоревна	преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (секретарь).

Состав жюри
X олимпиады по физической культуре
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»

1. Павлов С.Н. – к.б.н., заведующий кафедрой теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (председатель жюри).
2. Бровкин А.П. – преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (зам. председателя жюри).
3. Латыпов И.К. – д.п.н., профессор кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (председатель теоретической части олимпиады).
4. Ботова Л.Н. – к.б.н., зав. кафедрой теории и методики гимнастики, судья международной категории (старший судья на гимнастике).
5. Заячук Т.В. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики гимнастики.
6. Лопатин Л.А. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики гимнастики.
7. Вельдяев С.В. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики гимнастики.
8. Тураев В.М. – старший преподаватель кафедры теории и методики гимнастики.
9. Кучерова И.К. – старший преподаватель кафедры теории и методики гимнастики.
10. Шамгуллина Г.Р. – старший преподаватель кафедры теории и методики гимнастики.
11. Косулина В.В. – старший преподаватель кафедры теории и методики гимнастики.
12. Басин Д.И. – старший преподаватель кафедры теории и методики водных видов спорта (старший судья на плавании).
13. Васильева И.А. – к.п.н., старший преподаватель кафедры теории и методики водных видов спорта.
14. Золотова Е.А. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики водных видов спорта.
15. Емельянова Ю.Н. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики волейбола и баскетбола (старший судья на баскетболе).
16. Серебренникова Н.А. – старший преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.
17. Шаган В.П. – старший преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.
18. Плотникова В.Б. – преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.

19. Хайруллин Р.Р. – к.б.н., доцент кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.

20. Данилова Г.Р. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики волейбола и гимнастики (старший судья на волейболе).

21. Невмержицкая Е.В. – старший преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.

22. Гилязутдинова Л.М.– преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.

23. Макаров В.А. – старший преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.

24. Дрогомерцкая М.В. – преподаватель кафедры теории и методики волейбола и баскетбола.

25. Поканинов В.Б. – к.п.н., зав. кафедрой теории и методики футбола и хоккея (старший судья на мини-футболе).

26. Денисенко Д.Ю. – старший преподаватель кафедры теории и методики футбола и хоккея.

27. Фаттахов Р.В. – старший преподаватель кафедры теории и методики футбола и хоккея.

28. Боровик С.Г. – старший преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (старший судья на легкой атлетике).

29. Шатунов Д.А. – к.п.н., доцент кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта

30. Мастров А.В. – старший преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта

31. Валиуллин Р.М. – старший преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта

32. Мостяков Д.В. – преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта

33. Емельянов Д.А. – старший преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта

34. Невмывака А.И. – преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (главный секретарь).

35. Исанаева Е.А. – лаборант кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта (секретарь).

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении X олимпиады по физической культуре
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»

1. Цель и задачи олимпиады

X Олимпиада ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» (далее – олимпиада) по физической культуре проводится с целью пропаганды физической культуры и спорта среди учащихся старших классов, приобщение их к ценностям физической культуры, повышение спортивного мастерства, формирования у них знаний в области физической культуры и навыков здорового образа жизни.

Основными задачами олимпиады являются:

- 1) выявление и развитие у обучающихся индивидуальных способностей, интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- 2) создание необходимых условий для поддержки одаренных детей в спорте, реализации их жизненных и профессиональных планов;
- 3) выполнение испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных для V ступени ВФСК ГТО;
- 4) Выявление и отбор потенциальных абитуриентов.

2. Руководство подготовкой и проведением олимпиады

Общее руководство подготовкой и проведением олимпиады осуществляется организационным комитетом.

Оргкомитет олимпиады:

- разрабатывает тестовые задания для 1-го тура олимпиады;
- формирует программу 2-го тура олимпиады.
- организует и обеспечивает непосредственное проведение олимпиады;
- утверждает списки победителей и призеров олимпиады;
- организует выдачу и учет дипломов победителей и призеров олимпиады.

Жюри олимпиады:

- проверяет и оценивает результаты выполнения участниками заданий олимпиады;
- формирует рейтинг участников олимпиады;
- определяет кандидатуры победителей и призеров олимпиады;
- готовит предложения по награждению победителей и призеров олимпиады;
- проводит анализ выполненных заданий для участников олимпиады.

3. Сроки и место проведения олимпиады

Олимпиада проводится в два тура с 15 декабря 2021 года по 23 января 2022 года.

I тур – заочный, проводится с 15 декабря 2021 года по 15 января 2022 года в форме тестирования на сайте ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» по адресу <https://abit.sportacadem.ru/login/index.php>.

II тур – очный, проводится с 21 по 23 января 2022 года на базе ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» по адресу: г. Казань, тер. Деревня Универсиады, зд. 35. Регистрация участников олимпиады проводится 21 января 2022 г. с 11.00 до 13.00 часов в фойе Учебно-лабораторного корпуса Университета. Начало олимпиады в 14.00 в Учебно-лабораторном корпусе ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ».

4. Участники олимпиады

К участию в I туре олимпиады по физической культуре допускаются учащиеся 9-11 классов общеобразовательных учреждений Республики Татарстан и из других регионов России. На II тур приглашаются участники, получившие наиболее высокие баллы по результатам тестирования в I туре и, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе, в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 10 августа 2017 г. № 514н «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних».

Все участники должны иметь с собой паспорт, страховой полис, спортивную форму (футболка, спортивные брюки или шорты, кроссовки), принадлежности для бассейна (плавки, купальники, шапочку, резиновые тапочки).

5. Программа олимпиады

Программа первого тура включает тестовые задания по теории, методике и истории физической культуры, которые содержат 30 вопросов. Максимальное количество баллов, которое может набрать каждый участник – 30 баллов.

Программа второго тура включает тестовые задания по теории, методике и истории физической культуры, практические задания по программе среднего общего образования в области физической культуры: гимнастике, баскетболу, волейболу, мини-футболу, легкой атлетике, плаванию и виды испытаний (тесты) для V ступени Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

5.1 Теоретическая часть

Теоретическая часть второго (очного) тура включает в себя 20 вопросов в виде тестов с выбором правильного варианта ответа и 10 вопросов с заданиями на установление соответствия или написание правильного ответа. Тематика вопросов: история развития физической культуры и олимпийского движения в России и Мире; правила организации и проведения соревнований по видам спорта, изучаемых по дисциплине «Физическая культура» в 8-11 классах; общая теория и методика физической культуры и спорта. Победитель в теоретической части определяется по наибольшей сумме баллов, набранных за выполнение заданий. При равенстве очков

у двух или более участников им задаются дополнительные вопросы до выявления победителя.

5.2 Гимнастика

Конкурсное задание по гимнастике заключается в выполнении акробатической комбинации из элементов, входящих в программу по гимнастике, и видов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Упражнение выполняется в соответствующей спортивной форме (гимнастический купальник или шорты и майка) в носках или гимнастических тапочках (чешках). Для выполнения упражнения участнику предоставляется одна попытка. Акробатическая комбинация выполняется на гимнастическом ковре или на дорожке из гимнастических матов длиной не менее 10 метров. Длительность комбинации составляет 70 секунд. При превышении времени задание прекращается, засчитываются только те элементы, которые были выполнены. Окончательная оценка определяется суммой оценок за исполнение и трудность упражнения. Судьи оценивают качество выполнения акробатической комбинации исходя из максимально возможной оценки за исполнение – 10 баллов. Максимальная оценка трудности упражнения составляет 10 баллов.

При равенстве баллов предпочтение отдается спортсмену, набравшему большее количество баллов за исполнение. При равенстве баллов за трудность и исполнение по наименьшей сбавке за элемент 4 у юношей и за элемент 4 у девушек. В случае равенства сбавок по данным элементам место делится.

Максимальная окончательная оценка за выполнение упражнения составляет 20 баллов. Апелляция возможна только оценки за трудность упражнения и сразу после оглашения оценки.

Акробатическая комбинация для юношей

№ п/п	И.п. – стойка руки в стороны	Баллы
1.	Фронтальное равновесие на правой (левой) с захватом – держать	0,5
2.	Шагом правой (левой) прыжок со сменой ног («ножницы»), шагом правой (левой) – переворот боком (колесо) в стойку ноги врозь (выполняется в связке)	1,0+1,0+0,5 (0,5 за соединение)
3.	Поворот по направлению движения, стойка руки вверх, прыжок вверх со взмахом рук на одну ногу (вальсет) темповой переворот с поворотом на 180° (рондат), прыжок вверх прогнувшись в упор присев	1,0+0,5
4.	Кувырок назад в стойку на руках, обозначить, опускание в упор стоя согнувшись, встать в стойку руки вверх	2,0
5.	Кувырок вперёд прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	0,5+0,5
6.	Махом одной толчком другой стойка на руках, обозначить, и кувырок вперёд в стойку ноги врозь, руки в стороны	1,5
7.	Наклон прогнувшись, обозначить, и силой согнувшись (ноги вместе) стойка на голове и руках, держать	0,5
8.	Опускание силой в упор лёжа, толчком ног упор присев и прыжок вверх с поворотом на 180°	0,5

Акробатическая комбинация для девушек

№ п/п	И.п. – стойка руки вверх	Баллы
1.	Прыжок на одну (вальсет) – переворот влево (вправо) в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны – поворотом по направлению движения, шаг левой (правой) и шагом правой (левой) переворот вправо (влево) с поворотом на 90° в стойку ноги вместе спиной к направлению движения	1,0+1,0
2.	Упор присев – кувырок назад в широкую стойку ноги врозь с наклоном прогнувшись, руки в стороны	0,5
3.	Кувырок вперед в стойку на лопатках без помощи рук, (держать) – перекаат вперед согнувшись в сед углом руки в стороны (держать)	0,5+0,5
4.	Лечь на спину, согнуть ноги и руки – мост (держать) – толчком рук встать в стойку руки верх /или поворот направо (налево) кругом в упор присев прыжок с поворотом на 180 градусов	0,5+1,0/ил и 0,5
5.	Шагом правой (левой) вперед равновесие («ласточка»), руки в стороны (держать)	0,5
6.	Шаг левой (правой) вперед и поворот налево (направо) на 360 градусов, сгибая правую (левую) ногу вперед – шагом правой (левой) прыжок со сменой согнутых ног (козлик) – шагом правой (левой) прыжок со сменой ног (ножницы) – прыжок с поворотом на 180 градусов	0,5+0,5+0, 5+0,5
7.	2-3 шага – упор присев – кувырок вперед – прыжок вверх ноги врозь – кувырок вперед прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360°	1,0+0,5+0, 5+0,5

5.3 Волейбол

№ п/п	Упражнение	Количество		Баллы
		Мальчики	Девочки	
	Передача мяча сверху двумя руками над собой в кругу диаметром 2 м (в течение 15 секунд). Участник, стоя в кругу диаметром 2 м, выполняет передачу мяча сверху двумя руками над собой в течение 15 секунд. Время засекается с того момента, когда участник начинает выполнять передачу. На выполнение упражнения дается 1 попытка. Задача упражнения: выполнить меньшее количество передач мяча сверху двумя руками над собой за 15 секунд. Максимальное количество баллов, которое может получить участник за выполнение упражнения – 10 баллов. Ошибки, в результате которых результат не засчитывается: - если стопа (стопы) участника полностью переходит линию круга, - если мяч потерян до истечения 15 секунд, - если при выполнении данного упражнения одно из касаний будет выполнено передачей мяча снизу двумя руками, - если при выполнении передачи сверху двумя руками будет задержка мяча.	12 и менее 13 14 15 16 17 и более	13 и менее 14 15 16 17 18 и более	10 9 8 7 6 0

<p>Подача мяча в указанную зону. Участник находится за лицевой линией волейбольной площадки. На другой стороне площадки обозначены все зоны. Участник по сигналу судьи подает пять подач в указанные судьей зоны (из 5 подач - 3 подачи в задние зоны, 2 подачи в передние зоны).</p> <p>За каждое попадание в заданную зону начисляется 2 очка.</p> <p>Максимальное количество баллов, которое может получить участник за выполнение упражнения – 10 баллов.</p> <p>Ошибки, в результате которых подача не засчитывается:</p> <ul style="list-style-type: none"> - если подача выполнена до свистка судьи (подача повторяется), - если участник заступил во время подачи на лицевую линию, - если участник подал подачу вне сектора площадки или в сетку, - если мяч не был подброшен во время подачи, - если участник не выполнил подачу в течение 8 секунд, - если мяч был подброшен больше одного раза. 		<p>5</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>если участник подал подачу в площадку, но не в ту зону, которая была указана судьей</p>	<p>10</p> <p>8</p> <p>6</p> <p>4</p> <p>2</p> <p>0,5</p>
---	--	---	--

Примечание: При равенстве очков победитель определяется по наибольшему количеству точных попаданий мяча в указанные зоны при подаче (преимущество отдается участнику, который точно подал первые три подачи).

5.4 Баскетбол

Участник находится за боковой линией на линии старта лицом к кольцу. По сигналу участник делает «рывок» с линии старта к мячу № 1. Берет мяч и выполняет ведение правой рукой и бросок с двойного шага с правой стороны.

На 2 этапе участник выполняет ведение правой рукой к штрафной линии, где выполняет штрафной бросок. Участник может приступить к выполнению задания следующего этапа только после результативного броска или двух промахов.

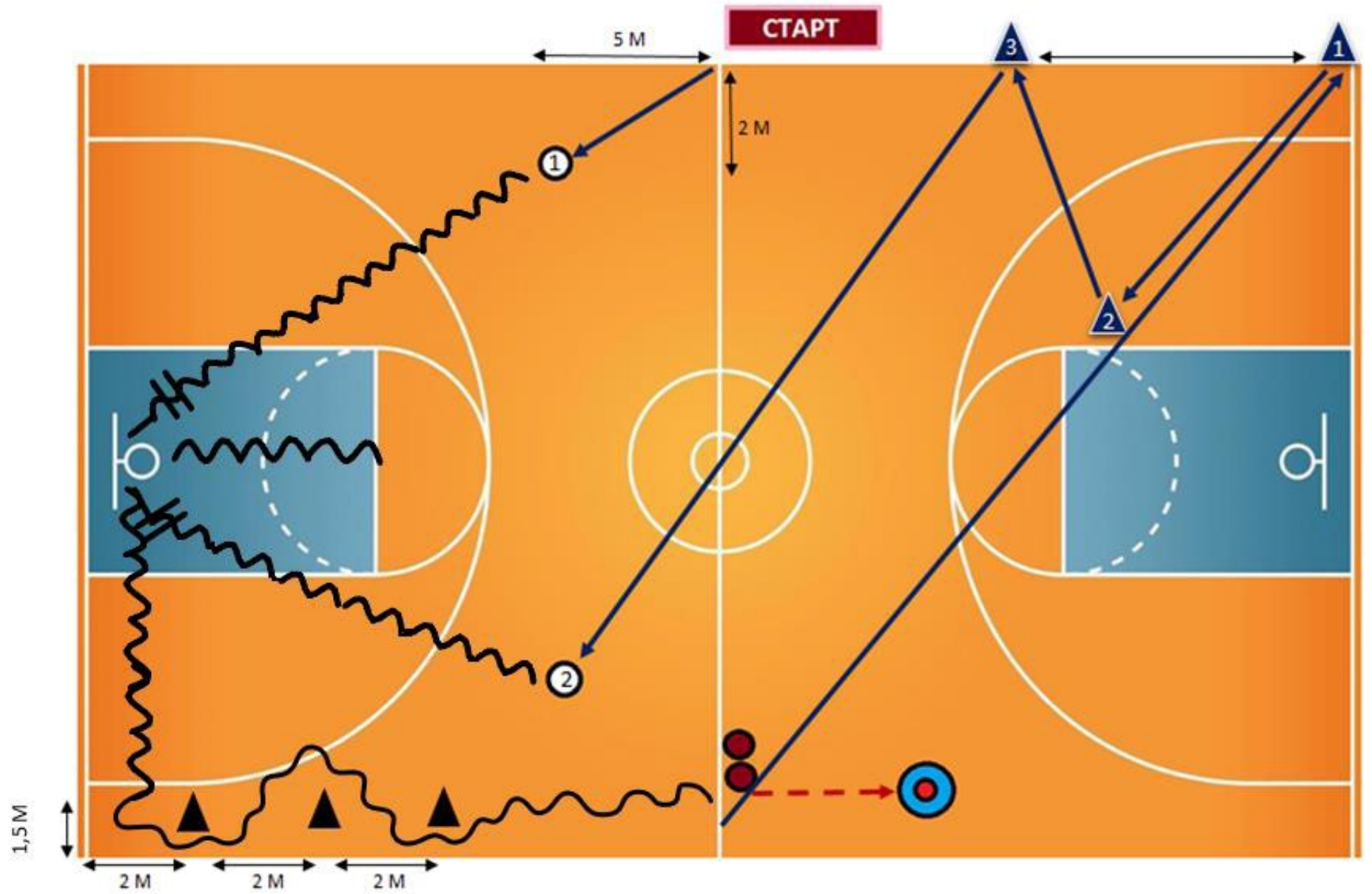
На 3 этапе участник выполняет ведение мяча с обводкой расставленных в определённом порядке ориентиров (расстояние от лицевой до первого ориентира 2 м, 1,5 м от боковой линии, между ориентирами 2 м).

На 4 этапе участник выполняет передачу мяча в цель (одной или двумя руками). Участник может приступить к выполнению задания следующего этапа только после результативного попадания в цель. Если мяч не достиг цели участник должен использовать 2 дополнительных мяча.

На 5 этапе участник выполняет «рывок» к фишке № 1, и передвижением лицом к лицевой линии приставным шагом правым боком двигается к фишке № 2 и приставным шагом левым боком двигается к фишке №3 (при каждом прохождении фишки, касание обязательно).

На 6 этапе участник выполняет «рывок» к мячу № 2. Берет мяч и ведением левой руки выполняет бросок с двойного шага с левой стороны. Секундомер останавливается после подбора и ловли мяча участником.

Общая оценка за выполнение упражнения определяется суммой времени, затраченного на выполнение упражнения и штрафного времени (при наличии).



Штрафные секунды добавляются к результату прохождения дистанции за каждую из нижеперечисленных ошибок:

1. За нарушение техники ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение) (+ 1 сек за каждое нарушение);
2. За заступ на линии старта, линии штрафного броска, не касание фишки при передвижении приставным шагом (+ 2 сек за каждое нарушение);
3. За непопадание мяча в кольцо с двойного шага (+ 5 сек);
4. За непопадание мяча в кольцо со штрафной линии (+ 3 сек);
5. За непопадание мяча в цель при выполнении передачи, в том числе используя 2 дополнительных мяча (+ 10 сек);
6. За выполнение броска в кольцо не используя технику броска с двойного шага (+ 5 сек);
7. За выполнение броска с двойного шага не соответствующей рукой (с правой стороны – правой, с левой стороны - левой) (+ 5 сек);
8. Переход к следующему этапу пока не исчерпан весь лимит предусмотренных попыток (за каждую попытку +5 сек);
9. Пропуск или сбивание одного из ориентиров во время ведения мяча при обводке (+ 10 сек);
10. При обводке ориентира должна быть выполнена смена рук для ведения дальнейшей рукой, от ориентира, при нарушении (+5 сек);
11. В случае равенства времени выполнения конкурсного задания, преимущество имеет тот, кто успешно выполнил все броски в кольцо.

5.5 Мини-футбол

Участник находится на лицевой линии с мячом № 1. По сигналу судьи участник стартует от лицевой линии, выполняя ведение мяча. Он обводит первую фишку справа, вторую слева и третью справа и движется в зону удара для атаки ворот справа от третьей фишки. Находясь в двухметровой зоне для удара, участник выполняет удар по воротам в движении низом правой ногой. Выполнив удар, он двигается ко второму мячу, выполняя ведение мяча, обводит вторую фишку справа, третью слева и движется в зону удара для атаки ворот слева от третьей фишки.

Находясь в двухметровой зоне, участник выполняет удар по воротам левой ногой низом. Выполнив удар, он двигается к третьему мячу, выполняя ведение мяча, далее движется в центральную зону (1,5x1,0 м) для удара. Находясь в зоне для удара, участник останавливает мяч и выполняет удар по воротам верхом правой ногой. После удара участник бежит к мячу №4, выполняя ведение мяча, обводит четвертую фишку слева, пятую справа и шестую слева и движется в зону удара для атаки ворот слева от шестой фишки.

Находясь в двухметровой зоне для удара, участник выполняет удар по воротам в движении низом левой ногой. Выполнив удар, он двигается к пятому мячу, выполняя ведение мяча, обводит пятую фишку слева, шестую справа и движется в зону удара для атаки ворот справа от шестой фишки.

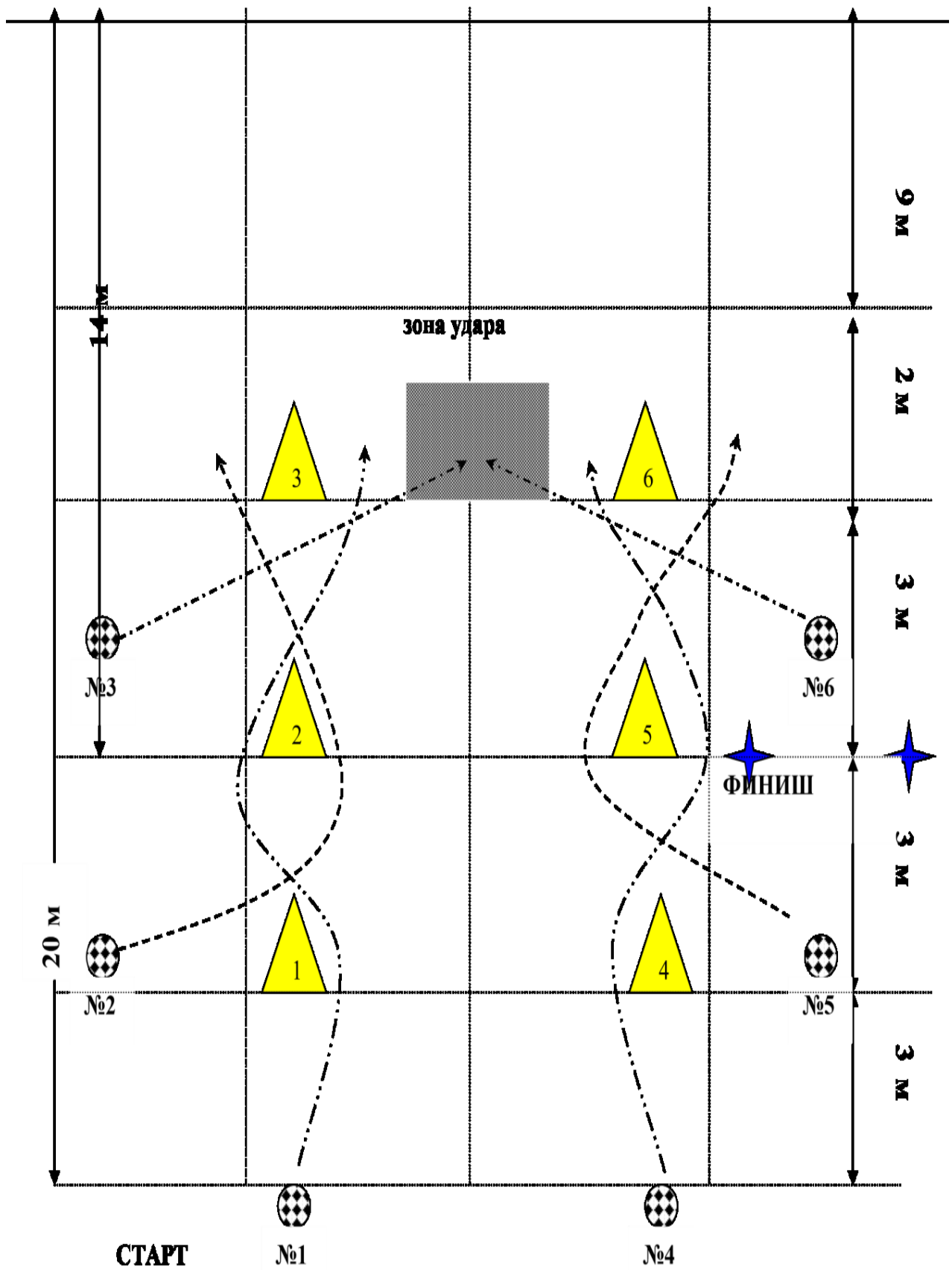
Находясь в двухметровой зоне, участник выполняет удар по воротам правой ногой низом. Выполнив удар, он двигается к шестому мячу, выполняя ведение мяча, далее движется в центральную зону (1,5x1,0 м) для удара. Находясь в зоне для удара, участник останавливает мяч и выполняет удар по воротам верхом левой ногой.

Выполнив удар, участник финиширует на средней линии в финишном створе.

Штрафное время начисляется за следующие ошибки:

- 1) участник, выполняя ведение мяча, не обводит фишку (10 сек);
- 2) наносит удар по мячу вне зоны удара (5 сек);
- 3) участник не соблюдает условия выполнения удара по мячу (5 сек);
- 4) мяч после удара не попал в ворота (15 сек);
- 5) касание фишки (мячом, ногой) во время движения (3 сек).

Результатом выполнения упражнения считается затраченное время на выполнение упражнения, плюс штрафное время. Победителем признается участник, выполнивший упражнение за наименьшее время.



5.6 Контрольные испытания (тесты) ВФСК ГТО

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши).
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки).

5.7 Легкая атлетика

Задания по легкой атлетике включают виды испытаний (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО: Прыжок в длину с места, Бег на 100 метров, Бег на 1000 метров. Победитель определяется по сумме очков, набранных в трех упражнениях. В случае равенства очков у двух или более спортсменов преимущество отдается спортсмену приделавшем дистанцию 1000 метров за меньшее время.

Бег 100 метров. Выполняется с низкого старта по отдельным дорожкам. По команде «На старт!» участник должен подойти к линии старта и занять позицию за линией строго на своей дорожке (использование стартовых колодок по усмотрению участника, но обязательно должно быть пятиопорное положение). Спортсмен не должен касаться руками или ногами линии старта или дорожки за ней. По команде «Внимание!» участник должен принять четырехопорное положение (оторвать колено маховой ноги от опоры) зафиксировать (неподвижную) позицию. После выстрела пистолета или команды «Марш!» участник начинает движение. Результат испытания определяется временем преодоления дистанции и фиксируется с момента пересечения проекции финиша любой частью туловища.

Ошибки, в результате которых результат не засчитывается:

- не готовность участника к старту через 2 минуты после вызова стартера;
- участник во время бега переходит на другую дорожку, создавая при этом помехи другим участникам;
- старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела пистолета (фальстарт).

Бег на 1000 метров. Испытание выполняется из положения высокого старта. Группа участников выстраивается за 3 метра до стартовой линии. Помощник стартера выстраивает участников в том порядке, в котором они находятся в стартовом протоколе. По команде «На старт» участники выстраиваются вдоль линии старта. После выстрела пистолета или по команде «Марш!» они начинают движение. Во время преодоления дистанции участникам запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, это расценивается как сокращение дистанции. Результат испытания определяется временем преодоления дистанции и фиксируется с момента пересечения проекции финиша любой частью туловища.

Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с места выполняется толчком двумя ногами. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременно толчком двумя ногами выполняется прыжок вперед, допускается мах руками. Измерение проводится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляется три

попытки. В зачет идет лучший результат. Время выполнения одной попытки – 1 минута.

Ошибки, в результате которых результат не засчитывается:

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- отталкивание с предварительного подскока;
- поочередное отталкивание ногами;
- использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;
- уход с места приземления назад по направлению прыжка.

5.8 Плавание

Плавание вольным стилем на дистанции 50 метров. Победитель определяется по лучшему результату. Старт в заплывах вольным стилем осуществляется прыжком со стартовой тумбочки. После длинного свистка участники должны встать на стартовую тумбочку и остаться там. По команде стартера «На старт» они немедленно принимают стартовое положение, поставив хотя бы одну ногу на переднюю часть стартовой тумбочки. Положение рук не регламентируется. Когда участники примут неподвижное положение, стартер должен дать стартовый сигнал.

Участник должен коснуться стенки какой-либо частью своего тела на финише.

Плавание вольным стилем означает, что участнику на дистанции разрешается плыть любым способом.

Любая часть тела участника должна разрывать поверхность воды во время заплыва, за исключением разрешения пловцу быть полностью погруженным под водой на расстоянии не более 15 м после старта. В этой точке голова спортсмена должна разорвать поверхность воды.

Ошибки, в результате которых результат не засчитывается:

- не готовность участника к старту через 2 минуты после вызова стартера;
- участник во время плавания переходит на другую дорожку;
- старт участника раньше стартового сигнала (фальстарт);
- использование вспомогательных средств (разделительных дорожек и пр.).

6. Определение победителей и награждение

Победители и призеры олимпиады определяются по наибольшему количеству баллов, набранных за выполнение теста по теории и методике физической культуры и практических заданий. Каждый участник обязательно выполняет теоретическое задание и может участвовать во всех практических заданиях.

Победители и призеры олимпиады получают сертификаты победителя и призера, а также награждаются дипломами и памятными медалями ФГБОУ ВО Поволжский ГУФКСиТ.

Учителя физической культуры, подготовившие победителей и призеров олимпиады, награждаются сертификатами.

7. Заявки на участие

Заявкой на участие в олимпиаде является заполнение электронной анкеты по адресу: https://docs.google.com/forms/d/1_C5lqo0oNorgMzIAIxtMzXQAM8WzcSuxhrDagyFYmUY/edit?usp=sharing.

Справки можно получить по электронной почте timfkcv@mail.ru, и по телефону кафедры теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта Поволжского ГУФКСиТ с 9 до 17 часов в будние дни и с 9 до 14 часов – в субботу. Контактный телефон 8 (843) 221-09-54 – Гатауллина Ландыш Альфретовна.

Примечание. Всем участникам прошедшим первый 1 этап олимпиады необходимо сохранить логин и пароль, полученный при прохождении регистрации.

Данное положение является официальным вызовом на олимпиаду

Приложение № 4
УТВЕРЖДЕНА
приказом ФГБОУ ВО
«Поволжский ГУФКСиТ»
от « ____ » _____ 2021 № _____

ПРОГРАММА
очного тура X олимпиады по физической культуре

21 января 2022 года (пятница)

- 11.00 – 13.00 – Регистрация участников олимпиады (1-й этаж, холл УЛК);
- 13.30 – Открытие олимпиады (спортивный зал УЛК);
- 14.30 – Практическое задание по гимнастике (девушки) (спортивный зал УЛК);
- 14.30 – Практическое задание по мини-футболу (юноши) (спортивный зал УЛК);
- 16.00 – Практическое задание по гимнастике (юноши) (спортивный зал УЛК);
- 16.00 – Практическое задание по мини-футболу (девушки) (спортивный зал УЛК).

22 января 2022 года (суббота)

- 9.30 – Легкая атлетика (футбольно-легкоатлетический манеж, ул. Ташаяк, д. 2а);
- 14.00 – Практическое задание по волейболу (девушки) (спортивный зал УЛК);
- 14.00 – Практическое задание по баскетболу (юноши) (спортивный зал УЛК);
- 15.30 – Практическое задание по волейболу (юноши) (спортивный зал УЛК);
- 15.30 – Практическое задание по баскетболу (девушки) (спортивный зал УЛК);
- 17.00 – 19.00 – Теория физической культуры (компьютерные классы);

23 января 2021 года (воскресенье)

- 9.00 – Плавание (УСК «КПБ «Буревестник»);
- 13.00 – Награждение победителей и призеров олимпиады (концертный зал УЛК).