

Утверждаю  
Директора МБОУ лицей №4 г. Данкова  
И.Н. Меркулова

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о проведении соревнования «Веселые старты!»

Соревнование проводится с целью пропаганды здорового образа жизни и приурочено к проведению зимней Олимпиады в России.

#### **ЗАДАЧИ СОРЕВНОВАНИЯ:**

1. Формирование двигательных навыков и развитие физических качеств;
2. Укрепление здоровья учащихся;
3. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимопомощи.

#### **ДАТА И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:**

Соревнование проводится в спортивном зале 11 февраля в 14-00 часов.

Форма одежды спортивная.

#### **СОСТАВ УЧАСТНИКОВ:**

мальчики, девочки 6-7 классов. В команде 6 мальчиков и 4 девочки.

#### **ПРОГРАММА И УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЯ:**

1. Эстафета с переноской грузов;
2. Парная эстафета с обручем;
3. Встречная эстафета «Переход через мост». Условие: при переходе участники должны остаться на мосту. За сход с моста снимается 1 балл.
4. Эстафета с гимнастической палкой. Условие: участник перешагивает через палку, не отрывая от нее рук. За ошибку снимается 1 балл.
5. Эстафета «Переправа через веревочное кольцо». Условие: при переправе участник не должен потерять равновесие на узкой опоре, за ошибку снимается 1 балл.
6. Полоса препятствий (кувырок, переползание по скамейке, пролаз в гимнастический обруч).
7. Эстафета «Мяч капитану».
8. Эстафета «Передвижение с баскетбольным мячом». Условие: первый отрезок дистанции участник проходит, зажав мяч ногами, второй отрезок - ведение мяча. За ошибки (урон мяча, необводка стойки) снимается 1 балл;
9. Конкурс – рисунок «Веселый лыжник». Оценивается качество рисунка и время выполнения;
10. Конкурсы.
  1. вращение обруча в течение 1 минуты (2 участницы от команды);
  2. бросок мяча в корзину (1 мальчик и 1 девочка от команды);
  3. отжимание от пола (2 участника от команды).

Максимальная оценка в каждой эстафете 10 баллов. В конкурсах баллы начисляются за каждое движение и точный бросок.

#### **СУДЕЙСТВО:**

Учителя ФК, учащиеся старших классов.

**Команда – победитель награждается почетной грамотой.**

## ПРОТОКОЛ СОРЕВНОВАНИЯ

<b>ЭСТАФЕТЫ И КОНКУРСЫ</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>
1. Переноска груза		
2. С гимнастическим обручем		
3.Переход через мост		
4.Эстафета с гимнастической палкой		
5.Переправа через веревочное кольцо		
6.Полоса препятствий		
7. Мяч капитану		
8. Передвижение с баскетбольным мячом		
9. Конкурс-рисунок «Веселый лыжник»		
10.Индивидуальные конкурсы		
Обруч		
Бросок		
Отжимание		
<b>ОБЩАЯ СУММА БАЛЛОВ</b>		

  
Утверждаю  
Директора МБОУ лицей №4 г. Данкова  
И.Н. Меркулова

**Положение  
о проведении соревнования по стрельбе  
МБОУ лицей № 4 г. Данкова филиал с. Политово**

**Цели и задачи соревнования:**

Соревнование посвящено Дням воинской славы России:  
- 27 января - День снятия блокады с г. Ленинграда (1944 г.)  
- 2 февраля – День разгрома немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.)

- развитие и формирование у учащихся военно-прикладных навыков;
- выявление лучших стрелков школы;
- пропаганда военно-прикладных видов спорта;
- воспитание ответственности , дисциплинированности , аккуратности.

**Место и время проведения:**

- соревнования проводятся в спортивном зале школы;
- дата проведения 2-5 февраля 2015г.

**Состав участников:** юноши и девушки 7-11 классов.

**Форма одежды:** повседневная.

**Условия соревнования:**

1. Соревнование лично - командные.
2. Участник делает 3 пробных и 5 зачетных выстрелов.
3. Дистанция для стрельбы -10 метров. Положение для стрельбы – лежа.
4. В личных соревнованиях побеждает участник, выбивший наибольшее количество очков.
5. В командных соревнованиях побеждает команда (класс) по сумме очков 3-х лучших участников.
6. В случае равенства выбитых очков участники проводят перестрелку.

**Судейство соревнования:** учителя ОБЖ и ФК.

**Награждение победителей:** победители награждаются почетными грамотами

Утверждаю  
Директора МБОУ лицей №4 г. Данкова  
И.Н. Меркулова



**Положение  
о проведении соревнований  
«Президентские состязания» и « Президентские игры»**

**МБОУ лицей №4 г. Данкова филиал с. Политово.**

*Соревнования посвящены 70-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.*

**Цель соревнования:** соревнования проводятся с целью активизации духовного и физического развития учащихся.

**Задачи соревнования:**

- укрепление здоровья и физическое развитие учащихся
- пропаганда здорового образа жизни;
- пропаганда Всероссийского спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- формирование и развитие интереса к героическому прошлому в истории нашей страны, знаний в области военной истории России;
- воспитание чувства патриотизма и патриотического самосознания.

**Дата и время проведения соревнований:** соревнования проводятся в спортивном зале и на территории школы 1-2 апреля в 15.30 часов.

**Состав участников:** в соревнованиях принимают участие все обучающиеся с 5 по 11 классы имеющие разрешение врача. Форма одежды – спортивная.

## **Программа соревнований и условия проведения**

**Соревнования лично – командные. В личных соревнованиях побеждает участник , набравший наименьшую сумму мест в многоборье , при условии участия во всех видах спортивного многоборья.**

**В командных соревнованиях побеждает класс по наименьшей сумме мест 3-х лучших участников класса.**

**Соревнования проводятся в трех возрастных группах:  
младшая группа-5-6 кл; средняя группа-7-8 кл; старшая группа-9-11кл.**

### **СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ:**

#### **1. Беговые соревнования:**

Бег на 1000 м (учащиеся 7 – 11 классов);

Бег на 500 м (учащиеся 5 – 6 классов);

Бег на 30 м (учащиеся 5 – 6 классов);

Бег на 60 м (учащиеся 7 - 9 классов);

Бег на 100 м (учащиеся 10 - 11 классов);

Беговые соревнования проводятся на территории школы.

При неблагоприятной погоде соревнования проводятся в спортивном зале:

- челночный бег 3x10 м (учащиеся 5-11 классов)

#### **2. Подтягивание на перекладине (юноши), отжимание в упоре лежа (девушки).**

**3. Прыжок в длину с места (юноши и девушки).** Участник выполняет три попытки. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от линии отталкивания до ближнего касания ногами или любой частью тела.

**4. Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши и девушки) за 30 сек.** Руки за головой, ноги закреплены. При подъеме туловища локти касаются коленей. Фиксируется количество движений.

**5. Наклон вперед из положения «сидя» (юноши и девушки)**  
Фиксируется результат касания и фиксации (не менее 2-х секунд) кончиков пальцев, сгибание ног при наклоне не разрешается.

### **ВИКТОРИНА ПО ВОЕННОЙ ИСТОРИИ.**

### **СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ МЕЖДУ КЛАССАМИ.**

**Судейство соревнований:** учителя физической культуры.

**Награждение победителей:** победители награждаются Почетными грамотами.

**Отчет**  
**МБОУ лицей № 4 г. Данкова филиал с. Политово**  
**о проведении школьного этапа Президентских игр**

<b>Класс</b>	<b>Количество учащихся в классе</b>	<b>Количество учащихся, принявших участие в школьном этапе</b>	<b>Основные виды программы президентских игр</b>
<b>5 п кл</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>спорт.многоборье, мини-футбол.</b>
<b>6 п кл</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>спорт.многоборье, мини-футбол.</b>
<b>7 п кл</b>	<b>14</b>	<b>11</b>	<b>спорт.многоборье, мини-футбол, волейбол.</b>
<b>8 п кл</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>спорт.многоборье, мини-футбол, волейбол.</b>
<b>9 п кл</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>спорт.многоборье, волейбол.</b>
<b>10 п кл</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>спорт.многоборье, волейбол.</b>
<b>11 п кл</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>спорт.многоборье, волейбол.</b>

Учитель физкультуры \_\_\_\_\_ **И.А. Шестаков**