

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1.1. III этап городского фестиваля «Сила и грация» среди команд школьных спортивных клубов муниципальных бюджетных, автономных общеобразовательных учреждений города Норильска «Северное многоборье» (далее – МБ(А)ОУ, ШСК, Фестиваль) проводится с целью приобщения обучающихся к здоровому образу жизни, популяризации занятий спортом, организации занятости во внеурочное время, активизации деятельности школьных спортивных клубов МБ(А)ОУ, выявления и поощрения лучших спортивных коллективов.

1.2. Основные задачи:

- совершенствование спортивно-массовой и оздоровительной работы с обучающимися во внеурочное время в ШСК;
- внедрение эффективных форм физической культуры среди детей и подростков;
- сохранение и развитие традиций многонациональной культуры народов Севера;
- формирования у детей и подростков стремления к гармоничному развитию своих духовных и физических способностей.

2 РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Общее руководство проведением Фестиваля осуществляет Управление общего и дошкольного образования Администрации города Норильска (далее – Управление).

2.2. Организация, непосредственное проведение, своевременное предоставление отчетности и графика проведения Фестиваля возлагается на судейскую коллегию в составе:

- главный судья – Боровков И.А., учитель физической культуры МБОУ «Средняя школа № 14» (далее – МБОУ «СШ № 14»);
- главный секретарь – Михайленко И.Э., учитель физической культуры МБОУ «СШ № 14».

3. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

3.1. Фестиваля проводится по отдельному графику, который будет предоставлен участникам Фестиваля в срок до 11.04.2023, следующим образом:

3.1.1. 14.04.2023 с 12.00 до 16.00 – на базе муниципального бюджетного учреждения «Дворец спорта «Арктика» (ул. Набережная Урванцева, д. 53, легкоатлетический манеж) по программам Фестиваля «Тройной национальный прыжок с одновременным отталкиванием двумя ногами», «Бег с палкой 500 м»;

3.1.2. 15.04.2023 с 10.00 до 15.00 на базе МБОУ «СШ № 14» по программе Фестиваля «Прыжки через нарты».

4. УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ

4.1. К участию в Фестивале допускаются команды ШСК МБ(А)ОУ в составе 5 обучающихся не старше 2006 г.р. (3 мальчиков и 2 девочек). В случае травмы допускается замена участника Фестиваля.

4.2. Форма одежды участников Фестиваля – в соответствии с правилами соревнований по легкой атлетике (единая короткая).

4.3. Физическая и техническая подготовка участников Фестиваля должна соответствовать требованиям программ Фестиваля.

4.4. Заявки на участие в Фестивале установленной формы (прилагается) должны быть заверены директором МБ(А)ОУ, представителем команды ШСК и иметь врачебный допуск школьного медицинского работника.

4.5. Заявки на участие Фестивале необходимо направить в срок до 08.04.2023 главному судье.

4.6. Команда не допускается к участию в на участие в Фестивале, если в ее составе находятся обучающиеся другого МБ(А)ОУ и/или не заявленные в состав команды участники, а также, если возраст участника не соответствует возрасту, оговоренному в настоящем Положении.

5. ПРОГРАММА И ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. Тройной национальный прыжок с одновременным отталкиванием двумя ногами.

5.1.1. Место проведения соревнования:

- Соревнование проводится в легкоатлетическом манеже;
- Зона разбега до 20 метров.
- Место первоначального отталкивания: доска или размеченная специальная линия.
- Зона прыжков и приземления: длина – 15-20 м, ширина коридора – 2 м.

5.1.2. Правила тройного национального прыжка:

– Тройной национальный прыжок состоит из 3-х прыжков, выполняемых последовательно без остановок, отталкиванием одновременно двумя ногами, последнее приземление осуществляется на обе ноги.

- Участник имеет право на 3 попытки, в зачёт идёт лучший результат.
- Прыжки можно выполнять с места или с разбега (по желанию участника).
- Результат прыжка определяется путём измерения кратчайшего расстояния, от бруса или линии первоначального отталкивания до ближайшей точки соприкосновения любой частью тела земли.

– Время на подготовку – 2 минуты.

– Участник выходит на выполнение прыжка по вызову, судьи и начинает прыжок по его команде голосом «можно» и поднятием флажка вверх.

5.1.3. Результат не зачитывается, если:

- Участник выполнил прыжки без команды судьи «можно».
- Отталкивание в любом из прыжков произведено одной ногой.
- При отталкивании сделал заступ (наступил на линию).
- После окончания выполнения прыжков участник вышел из сектора назад (выход производится только вперёд).
- Наступил на линию 2-х метрового коридора.

Судья объявляет «нет» и производит повторные отмашки внизу или поднимает белый флажок.

5.2. Бег с палкой 500 метров.

5.2.1. Соревнование выполняется в легкоатлетическом манеже по кругу (4 круга);

5.2.3. Соревнование проводится в соответствии с правилами соревнований по легкой атлетике в беге на 500 м.

5.3. Прыжки через нарты.

5.3.1. Инвентарь и место проведения соревнований.

- Соревнования проводятся в спортивном зале МБОУ «СШ № 14».
- Основным инвентарём в соревнованиях является макет нарты.
- Макеты нарты изготовлены из деревянных брусков 2,5-5 см.
- Размеры нарты: высота – 50 см, ширина вверху – 50 см, ширина у основания – 70 см, длина – не менее 1 метра.
- Нарты располагаются на ровной поверхности в ряд на расстоянии 55 см друг от друга. Для соревнований расставляются 10 нарты.

5.3.2. Правила преодоления нарты.

- Прыжки выполняются с одновременным отталкиванием двух ног с места.
- Нарты расставляются строго по прямой линии, их положение отмечается известью или другим материалом, не создающими участнику помехи, чтобы было видно, сдвинуты нарты или нет.
- Нарты должны быть пронумерованы с боковых сторон.
- Каждый участник имеет право на 3 попытки, в зачёт идёт лучший результат.
- Участники выполняют прыжки поочерёдно, согласно записи в протоколе (поочерёдность устанавливается жеребьёвкой), по одной попытке прыгают все участники, а затем в таком же порядке приступают ко второй попытке и т.д.
- Участник выходит на исходную позицию по вызову судьи и начинает выполнять прыжки только с разрешения судьи.
- Разрешается произвести перенос ног через нарты только прямо перед собой.
- Участник, преодолевший 10 нарты, приземляется на обе ступни перпендикулярно нартам, прыжком делает поворот на 180⁰, обязательно с одновременным отталкиванием двух ног (на поворот даётся 5 сек, отсчёт времени производится с момента приземления после преодоления последней нарты до момента отталкивания для преодоления нарты).
- Прыжки через нарты выполняются участником до первой ошибки.
- Перед началом прыжков до команды судьи «можно», участник имеет право передвигать, переступать ногами, подпрыгивать на месте.
- Допускается участие в спортивной обуви, кроме чешек (прыгать босиком разрешается).

5.3.3. Судья прекращает прыжки если спортсмен:

- во время преодоления нарты сделал остановку между ними (сбил с ритма прыжков);
- нарушил правило 5 сек. на повороте;
- сдвинул нарты с места любой частью тела;
- совершил переступание или передвижение стоп;
- произвел перенос ног через нарты разведением их в правую или в левую сторону;
- коснулся нарты руками или любой частью тела выше пояса;
- самостоятельно прекратил прыжки.

6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

6.1. Победитель Фестиваля определяется как в личном, так и в командном первенстве.

6.2. В случае равенства очков, предпочтение отдается участнику с наилучшими показателями призовых мест.

6.3. Командный зачёт определяется по двум юношам и одной девушке. Худшие результаты отсекаются.

7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ

7.1. Обеспечение безопасности участников осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

7.2. Соревнования проводятся с учетом соблюдения мер безопасности в соответствии с Указом Губернатора Красноярского края от 27.03.2020 № 71-уг «О дополнительных мерах, направленных на предупреждение распространения коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV, на территории Красноярского края» (с учетом внесенных дополнений и изменений), с п. 2.1 СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденных постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16.

7.3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнять нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

7.4. В случае выявления повышенной температуры и (или) иных симптомов ОРВИ у участников Соревнований, необходимо обеспечить изоляцию участника в отдельное помещение и вызвать специализированную медицинскую помощь.