

ПОЛОЖЕНИЕ
О ПРОВЕДЕНИИ СПАРТАКИАДЫ МК В 2017-2018

Цели и задачи:

1. Спартакиада МПК проводится с целью развития массовой физической культуры среди студентов, укрепления их здоровья и подготовки к высококвалифицированному труду.
2. Необходимо выявить сильнейших студентов для участия в Спартакиаде учащихся учреждений среднего профессионального образования и Малоохтинского профессионального колледжа Санкт-Петербурга.
3. Вовлечения обучающихся в систему спортивных состязаний, укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни, а также подготовки к высококвалифицированному труду и службе в Армии.

Руководство проведением спартакиады возлагается на комиссию физ.воспитания:

Осенний л. кросс – отв. Селезенева Ю.Ю.
Мини-футбол (юноши) – отв. Грибанов С.А., Селезенева Ю.Ю., Егунов В.В.
Волейбол – отв. Н.С Грибанов С.А., Селезенева Ю.Ю.
Настольный теннис – отв. Грибанов С.А., Селезенева Ю.Ю.
Шахматы – отв. Грибанов С.А.
Шашки - отв. Селезенева Ю.Ю.
Гиревой спорт - отв. Грибанов С.А.
Стритбол (юноши, девушки) – отв. отв. Селезенева Ю.Ю.
Майская эстафета – отв. Грибанов С.А., Селезенева Ю.Ю.
Летнее троеборье: без 100м,1000м , подтягивание (юноши) – Грибанов С.А.

Участники соревнований:

В спартакиаде участвуют студенты I – III курсов.

Состав команд от группы:

Осенний легкоатлетический кросс - все желающие, физически подготовленные
Н.теннис – 4 человека от группы
Мини-футбол – 6 человек от группы
Армрестлинг - 2 человека от группы
Волейбол - 8 человек от группы
Стритбол - 5 человек от группы
Гиревой спорт – все желающие, физически подготовленные
Троеборье - все желающие, физически подготовленные

Время и место проведения:

Спартакиада проводится с сентября 2017 года по май 2018 года на спортивных площадках колледжа.

Осенний легкоатлетический кросс – сентябрь;
Мини-футбол (юноши) – сентябрь;
Стритбол (юноши, девушки) – ноябрь;
Гиревой спорт (юноши) – ноябрь;
Волейбол – февраль;
Настольный теннис (юноши, девушки) – март;
Шахматы – сентябрь;
Шашки – сентябрь;
Майская эстафета – май;
Летнее троеборье: бег 100м, 1000м, подтягивание (юноши) – май.

Определение победителей:

Победитель определяется по наименьшей сумме занятых мест. В случае равенства очков у двух команд присуждаются два первых, два вторых, два третьих места.

Награждение:

Команды, занявшие призовые места, награждаются дипломами. Лучший судья – тоже. Команды, занявшие с 4 по 6 место – призами.

Заявки

Предварительные заявки от групп сдаются преподавателями по физической культуре групп.

Правила судейства по видам спартакиады:

1.ОСЕННИЙ ЛЕКГОАТЛЕТИЧЕСКИЙ КРОСС

Соревнования лично-командные. Состав команд 10 человек. Разрешается выставлять смешанный состав команд. Участники должны иметь форму с номерами. Зачет по 5-ти лучшим результатам. Подсчет командных результатов производится по наибольшей сумме очков, набранных «зачетными» участниками.

2. МИНИ-ФУТБОЛ

Соревнования проводятся среди юношей. Система розыгрыша и судейство определяются на совещании представителей. Тип мяча - №4 (футзал). Состав команды – 9 человек (4+1 полевых + 4 запасных). Разрешается неограниченное количество замен. Продолжительность игры – 2 тайма по 10-15 минут. В случае неявки после жеребьевки команде присуждается поражение со счетом 0:5. За победу команда получает 3 очка, ничью – 1 очко, поражение – 0 очков.

3. ВОЛЕЙБОЛ.

Общие правила и требования: Соревнования проводятся среди юношей и девушек.

Встречи по волейболу проводятся в формате из трех партий: 2 до 25 очков и 3-я до 15 очков, на совещании представителей, во время жеребьевки, может быть принято решение играть в другом формате.

При неявке команд на игру после жеребьевки, не явившейся команде, присуждается поражение со счетом 0 : 3. За победу команда получает 2 очка. За поражение – 0 очков.

При равенстве очков в подгруппах и в финалах у двух команд, место определяется по итогам встречи между ними, при равенстве очков у 3-х и более команд по: - очкам; - количеству выигранных партий среди заинтересованных команд; - результатам в партиях.

4. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС.

Соревнования командные, проводятся отдельно для команд юношей и девушек, состоят из трех партий.

Система розыгрыша и судейство определяется, представителями команд на жеребьевке. Состав команды – 4 человека (3 основных + запасной). Замена производится только на однозначную ракетку не более одного раза в одной командной встрече.

Участники играют номер с номером, т.е. три участника одной команды играют с тремя участниками другой команды, независимо от результатов первых двух игр, в течение всех соревнований.

5. ШАХМАТЫ

Соревнования командные, состав команды – 4 человека (3 основных + запасной). Соревнования по шахматам проводятся среди юношей во всех группах, по круговой системе. Допускается смешанный состав команд, но не более 1 девушки.

В соревнованиях по шахматам каждая игра длится не более 30 минут. На соревнования с собой иметь не менее одного комплекта игры на команду.

6. СТРИТБОЛ

Соревнования проводятся среди юношей и девушек. Состав команды 6 чел. (3 полевых+3 запасных). Команда, имеющая право начать игру, определяется жребием. Площадка – половина обычной баскетбольной площадки с обычной корзиной. Игра идет до 12 очков или 10 минут. Игра заканчивается при счете 8:0

Количество замен во время игры не ограничивается. Запасной игрок может вступить в игру только после заброшенного мяча или в тот момент, когда мяч находится вне игры.

После каждого нарушения правил атакующей командой, после фола и после штрафного броска, игра возобновляется из-за шестиметровой линии.

После каждого нарушения правил атакующей командой, после фола и после штрафного броска, игра возобновляется из-за шестиметровой линии.

За победу в игре присуждается два очка, за поражение – 0 очков.

При равенстве у 2-х, 3-х и более команд победитель определяется, как в баскетболе.

Нарушения

Умышленные нарушения правил наказываются по решению судьи-наблюдателя штрафным броском. После штрафного броска мяч передается противоположной команде. При этом пострадавший игрок имеет права выбора между штрафным броском и владением мячом. За каждый результативный штрафной бросок команды получают 1 очко.

7. ЛЕТНЕЕ ТРОЕБОРЬЕ

Соревнование лично-командные, старт открытый, командный. Состав команды 6 человек, зачет по пяти лучшим результатам. Если один из зачетных участников, в каком-либо виде троеборья, сошел или не явился на старт, команда считается неполной и в подведении итогов не рассматривается. Командные места определяются по наибольшей сумме очков набранной зачетными спортсменами.

Бег на 100 метров и 1000 метров.

- Бег 100-м, выполняется с произвольного старта (низкий без колодок или высокий)

- Бег 1000-м выполняется с высокого старта.

Подтягивание на высокой перекладине.

Техника выполнения подтягивание на перекладине: для выполнения упражнения участник принимает исходное положение – вис хватом сверху, руки на ширине плеч. Подтягивание осуществляется так, чтобы подбородок оказался выше грифа перекладины. Упражнение выполняется без учета времени на количество раз, правильно выполненных подтягиваний.

8. Шашки (девушки)

Соревнования проводятся среди девушек по круговой системе из трех партий. Контроль времени 10 минут на партию. Подсчет очков включает в себя очки каждого участника: за победу – 1 очко, ничья – 0,5 очка, поражение – 0 очков. Очки складываются.

Победитель определяется по наибольшей сумме набранных очков. В случае равенства очков у двух или более участников определяется последовательно: - по количеству выигранных партий; - по результатам игр между этими участниками.

9. Гиревой спорт (юноши)

Толчок двух гирь от груди по длинному циклу

Соревнования личные. Весовые категории: до 55,60,65,70,75,80 и свыше 80 кг.

В этом упражнении, после каждого подъема гирь вверх, на прямые руки, гири опускаются на грудь, а затем вниз в основной старт, сбрасыванием. Гири, в конце опускания, должны находиться сзади, за коленями, т.е. в положении основного старта, не касаясь пола. Вес гирь по 16 кг.