



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ
ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

РАСПОРЯЖЕНИЕ

04 «*сентябрь*» 20 *20* года № *1490-р*

О проведении Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году

Во исполнение приказа комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 23 июля 2014 года № 36 «Об утверждении Положения об областной спартакиаде учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области»:

1. Утвердить График проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году (далее - Спартакиада) согласно приложению 1.
2. Утвердить Состав организационного комитета Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году согласно приложению 2.
3. Утвердить Порядок проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году согласно приложению 3.
4. Руководителям профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области организовать участие учащихся в Спартакиаде.

Утвержден
распоряжением комитета и
профессионального образования
Ленинградской области
от «04» сентября 2020 года №190-р
(приложение 1)

ГРАФИК

проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году

№ п/п	Вид спорта	Этапы проведения Спартакиады					
		I этап		II этап (зональные соревнования)		III этап (финальные соревнования)	
		Дата	Место	Дата	Место	Дата	Место
График финальных соревнований для первой и второй группы							
1.	Осенний кросс	до 18 сентября 2020 г.	в образовательных организациях	-	-	октябрь 2020 года	По назначению
2.	Льжные гонки	до 12 февраля 2021 г.	в образовательных организациях	-	-	февраль 2021 года	По назначению
3.	Леткая атлетика	до 14 мая 2021 г.	в образовательных организациях	-	-	май 2021 года	По назначению
График соревнований для первой группы							
1.	Волейбол (юноши)	до 9 октября 2020 г.	в образовательных организациях	до 23 октября 2020 г.	ответственный организатор зональных соревнований	октябрь 2020 года	По назначению
2.	Волейбол (девушки)	до 16 октября 2020 г.	в образовательных организациях	до 30 октября 2020 г.	ответственный организатор зональных	ноябрь 2020 года	По назначению

						соревнований			
3.	Мини-футбол	до 6 ноября 2020 г.	в образовательных организациях	до 30 ноября 2020 г.	ответственный организатор зональных соревнований	декабрь 2020 года	По назначению		
4.	Баскетбол (юноши)	до 5 марта 2021 г.	в образовательных организациях	до 19 марта 2021 г.	ответственный организатор зональных соревнований	март 2021 года	По назначению		
5.	Баскетбол (девушки)	до 12 марта 2021 г.	в образовательных организациях	до 31 марта 2020 г.	ответственный организатор зональных соревнований	апрель 2020 года	По назначению		

График соревнований для второй группы

1.	Осенний кросс	до 18 сентября 2020 г.	в образовательных организациях	не проводится	не проводится	октябрь 2020 года	По назначению		
2.	Волейбол (юноши)	до 9 октября 2020 г.	в образовательных организациях	не проводится	не проводится	октябрь 2020 года	По назначению		
3.	Волейбол (девушки)	до 16 октября 2020 г.	в образовательных организациях	не проводится	не проводится	ноябрь 2020 года	По назначению		
4.	Мини-футбол	до 6 ноября 2020 г.	в образовательных организациях	не проводится	не проводится	декабрь 2020 года	По назначению		
5.	Льжные гонки	до 12 февраля 2021 г.	в образовательных организациях	не проводится	не проводится	февраль 2021 года	По назначению		

6.	Баскетбол (юноши)	до 5 марта 2021 г.	в образовательных организациях	не проводится	март 2021 года	По назначению
7.	Баскетбол (девушки)	до 12 марта 2021 г.	в образовательных организациях	не проводится	апрель 2021 года	По назначению
8.	Легкая атлетика	до 14 мая 2021 г.	в образовательных организациях	не проводится	май 2021 года	По назначению

Утвержден
распоряжением комитета общего
и профессионального образования
Ленинградской области
от «04» сентября 2020 № 1490-р
(приложение 2)

СОСТАВ
организационного комитета областной спартакиады учащихся
профессиональных образовательных организаций и образовательных
организаций высшего образования Ленинградской области
в 2020-2021 учебном году

Председатель организационного комитета: Огарков Артем Сергеевич	заместитель председателя комитета общего и профессионального образования Ленинградской области – начальник отдела содержания и развития материально-технической базы
Сопредседатель организационного комитета: Маевская Татьяна Ивановна	директор государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр «Ладога»
Голованов Максим Владимирович	начальник отдела профессионального образования комитета общего и профессионального образования Ленинградской области
Угодина Наталья Геннадьевна	заместитель директора по учебно-воспитательной работе государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр «Ладога»
Соловьев Вениамин Васильевич	руководитель физического воспитания государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Ленинградской области «Гатчинский педагогический колледж им. К.Д. Ушинского
Аникина Мила Борисовна	преподаватель физического воспитания государственного автономного профессионального образовательного учреждения Ленинградской области «Киришский политехнический техникум»

Лавонин Николай Михайлович	руководитель физического воспитания государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Ленинградской области «Кировский политехнический техникум»
Иванов Константин Александрович	руководитель физического воспитания государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Ленинградской области «Лисинский лесной колледж»
Королев Дмитрий Николаевич	руководитель физического воспитания государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Ленинградской области «Волховский политехнический техникум»
Кашеев Александр Робертович	руководитель физического воспитания государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Ленинградской области «Политехнический колледж» г. Светогорска
Васильев Алексей Валерьевич	старший преподаватель кафедры физической культуры автономного образовательного учреждения высшего образования Ленинградской области «Государственный институт экономики, финансов, права и технологий»
Секретарь организационного комитета: Чернышова Святослава Николаевна	педагог-организатор государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр «Ладога»

Утвержден
распоряжением комитета общего
и профессионального образования
Ленинградской области
от « 04 » сентября 2020 № 1490-р
(приложение 3)

ПОРЯДОК
проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных
образовательных организаций и образовательных организаций высшего
образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году

I. Общие Положения

1.1. Настоящий Порядок проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году (далее – порядок, Спартакиада), определяет:

- количество зон проведения Спартакиады, состав участников каждой зоны и образовательные организации, ответственные за проведение зональных соревнований;
- виды спорта, по которым проводится Спартакиада;
- условия проведения и оценки результатов Спартакиады.

II. Состав участников зональных соревнований по игровым видам спорта

2.1. **Первая группа** профессиональные образовательные организации, реализующие программы среднего профессионального образования:

• **Зона № 1 (5 команд):**

1. ГБПОУ ЛО "Гатчинский педагогический колледж им. К.Д. Ушинского (кроме направления "Физическая культура);
2. ГБПОУ ЛО "Кингисеппский колледж технологии и сервиса";
3. ГБПОУ ЛО "Сланцевский индустриальный техникум";
4. ГАПОУ ЛО "Лужский агропромышленный техникум";
5. Лужский институт (филиал) ГАОУ ВО ЛО «ЛГУ им. А.С. Пушкина» (отделение среднего профессионального образования г. Луга).

• **Зона № 2 (4 команды):**

1. ГАПОУ ЛО "Киришский политехнический техникум";
2. ГАПОУ ЛО "Тихвинский промышленно-технологический техникум им.Е.И. Лебедева";
3. ГАПОУ ЛО "Борский агропромышленный техникум";
4. Колледж Бокситогорского института (филиал) ГАОУ ВО ЛО "ЛГУ им.А.С. Пушкина" (г. Пикалево) (направление "Физическая культура").

• **Зона № 3 (5 команд):**

1. ГАПОУ ЛО "Кировский политехнический техникум";
2. ГБПОУ ЛО "Всеволожский агропромышленный техникум";
3. ГБПОУ ЛО "Тоснеский политехнический техникум";
4. ГБПОУ ЛО "Техникум водного транспорта";
5. «Технический факультет» АОУ ВО ЛО «Государственный институт экономики, финансов, права и технологий».

• **Зона № 4 (4 команды):**

1. ГБПОУ ЛО "Лисинский лесной колледж";
2. ГАПОУ ЛО "Сосновоборский политехнический колледж";
3. ГБПОУ ЛО "Бегуницкий агротехнический техникум";
4. ГБПОУ ЛО "Беседский сельскохозяйственный техникум".

• **Зона № 5 (5 команд):**

1. ГБПОУ ЛО «Волховский политехнический техникум»;
2. ГБПОУ ЛО «Волховский колледж транспортного строительства»;
3. ГБПОУ ЛО «Волховский алюминиевый колледж»;
4. ГБПОУ ЛО "Подпорожский политехнический техникум";
5. ГБПОУ ЛО «Лодейнопольский техникум промышленных технологий».

• **Зона № 6 (5 команд):**

1. ГБПОУ ЛО "Политехнический колледж" г. Светогорска;
2. ГАПОУ ЛО "Выборгский политехнический колледж "Александровский";
3. ГАПОУ ЛО "Приозерский политехнический колледж";
4. ГАПОУ ЛО "Выборгский техникум агропромышленного и лесного комплекса";
5. ГБПОУ ЛО "Мичуринский многопрофильный техникум".

2.2. Вторая группа образовательных организаций, реализующие программы высшего образования:

• **Зона № 7 (3 команды):**

1. ГАОУ ВО ЛО «Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина»;
2. АОУ ВО ЛО «Государственный институт экономики, финансов, права и технологий»;

3. ГБПОУ ЛО "Гатчинский педагогический колледж им. К.Д. Ушинского (направление "Физическая культура»).

III. Виды соревнований Спартакиады

3.1. Спартакиада проводится по следующим видам соревнований:

- осенний кросс;
- волейбол среди юношей;
- волейбол среди девушек;
- мини-футбол среди юношей;
- лыжные гонки;
- баскетбол среди юношей;
- баскетбол среди девушек;
- легкая атлетика.

В первой группе проводятся зональные и финальные соревнования по баскетболу среди юношей и девушек, волейболу среди юношей и девушек и мини-футболу среди юношей.

Во второй группе проводятся только финальные соревнования.

3.2. Условия проведения соревнований по отдельным видам спорта:

3.2.1. Осенний кросс:

Дистанции: девушки – 2 000 м, юноши – 3 000 м.

Соревнования лично-командные. Состав команды смешанный, 12 человек.

В общекомандный зачет идут 8 лучших результатов. Оценка результатов производится по формуле зависимости очков от времени победителя. Общекомандное первенство определяется по наибольшей сумме набранных очков.

3.2.2. Волейбол:

Состав команд – 10 человек.

Зональные соревнования:

Перед началом соревнований по волейболу проводится жеребьевка, команды делятся на две подгруппы. При наличии четырех команд, игра проходит по круговой системе (каждая команда играет по очереди с остальными). Победители в подгруппах играют между собой за 1-е и 2-е место. Команды, занявшие 2-е место в подгруппах, играют между собой за 3-е и 4-е место и т. д.

Финальные соревнования:

В финальные соревнования выходит 1 команда каждой зоны. Игра проходит в круговую.

На зональных соревнованиях разрешается 3 запасных игрока. Состав команды на финальных соревнованиях должен соответствовать составу на зональных соревнованиях с учетом запасных (не более 10 человек).

Соревнования по волейболу проходят в 3 партии и длятся до 25 очков каждая. Разрешается не более 2-х замен одного игрока в течение партии.

За победу, команда в игре со счётом 2:1, получает 2 очка. Проигравшая команда со счётом 1:2 получает 1 очко.

При равенстве очков у двух и более команд место определяются по результатам личных встреч.

3.2.3. Мини-футбол:

Состав команды - 10 человек.

Зональные соревнования:

Перед началом соревнований проводится жеребьевка, команды делятся на две подгруппы. При наличии четырех команд, игра проходит по круговой системе (каждая команда играет по очереди с остальными). Победители в подгруппах играют между собой за 1-е, 2-е и за 3-е, 4-е места и т.д.

Финальные соревнования:

В финальные соревнования выходит 1 команда каждой зоны. Игра проходит в круговую.

На зональных соревнованиях разрешается 3 запасных игрока. Состав команды на финальных соревнованиях должен соответствовать составу на зональных соревнованиях с учетом запасных (не более 10 человек).

Продолжительность игры 2 тайма по 15 минут времени.

За победу команда получает 3 очка, при встрече со счетом в «ничью» - 1 очко, за поражение – 0 очков.

При равенстве очков, набранных двумя или более командами в группах, преимущество получает команда, имеющая:

- лучших результат в играх между собой (количество очков, количество побед, разность между забитыми и пропущенными мячами, большее количество забитых мячей);
- наибольшее количество побед во всех играх;
- наибольшую разность забитых и пропущенных мячей во всех играх;
- наибольшее количество забитых мячей во всех играх;
- наименьшее количество очков, начисленных участникам и тренерам команд за дисциплинарные нарушения (желтая карточка – 1 очко, красная карточка – 3 очка).

3.2.4. Лыжные гонки:

Дистанции: девушки – 3 000 м, юноши – 5 000 м, стиль свободный.

Соревнования лично-командные. Состав команды смешанный, 12 человек.

В общекомандный зачет идут 8 лучших результатов. Оценка результатов производится по формуле зависимости очков от времени победителя. Общекомандное первенство определяется по наибольшей сумме набранных очков.

Соревнования проходят по правилам вида спорта, утвержденным приказом Министерства Спорта РФ от 2017 года, № 949.

3.2.5. Баскетбол:

Состав команды - 10 человек.

Зональные соревнования:

Перед началом соревнований проводится жеребьевка, команды делятся на две подгруппы. При наличии четырех команд, игра проходит по круговой системе (каждая команда играет по очереди с остальными). Победители в подгруппах играют между собой за 1-е, 2-е и за 3-е, 4-е места и т.д.

Финальные соревнования:

В финальные соревнования выходит 1 команда каждой зоны. Игра проходит в круговую.

На зональных соревнованиях разрешается 3 запасных игрока. Состав команды на финальных соревнованиях должен соответствовать составу на зональных соревнованиях с учетом запасных (не более 10 человек).

Продолжительность игры в баскетбол 2 тайма по 12 минут времени.

В каждом тайме команда может взять по одному 30 секундному перерыву, перерывы в основное время не входят. Добавочное время – 3 минуты. Если в добавочное время победитель не определен, то игра продолжается до первого заброшенного мяча в любую из корзин.

При равенстве очков, набранных двумя или более командами в группах, преимущество получает команда, имеющая:

- лучших результат в играх между собой; количество побед, разность между заброшенных и пропущенными мячами, большее количество заброшенных мячей);
- наибольшее количество побед во всех играх;
- наибольшую разность забитых и пропущенных мячей во всех играх;
- наибольшее количество забитых мячей во всех играх.

3.2.6. Легкая атлетика:

Виды:

Девушки	Юноши
бег 100 метров	бег 100 метров
бег 800 метров	бег 800 метров
эстафета 4x100 метров	эстафета 4x100 метров
метание гранаты (500 грамм)	метание гранаты (700 грамм)
прыжки в длину с места	прыжки в длину с места

Соревнования лично-командные. Состав команды смешанный, 12 человек. Каждый участник имеет право выступать не более чем в 2-х видах программы и в эстафете. В каждом виде соревнований от команды могут выступать не более трех участников и две команды в эстафете.

В зачет команды идут 8 лучших результатов. Общекомандное первенство определяется по наименьшей сумме набранных очков согласно Таблице (приложение № 1 к Порядку).

В эстафете за 1 место даётся одно очко, за 2 место – два очка и т. д.

Соревнования проходят по правилам вида спорта, утверждённым приказом Министерства Sports РФ от 2015 года, № 133.

ТАБЛИЦА

**оценки личных результатов у юношей и девушек в легкой атлетике
Областной Спартакады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных
организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году**

Очки за место в виде	Занятое место																		
	1	2	3	4	5	6	7-10	11-15	16-20	21-26	27-32	33-37	38-44	45-52	53-60	61-68	69-76	77-90	
Количество участников в виде																			
от 1-4	1	18	40	60															
от 5-10	1	10	20	30	45	60	80												
от 11-15	1	9	17	24	35	45	60	80											
от 16-20	1	8	15	20	30	37	45	60	80										
от 21-26	1	7	14	19	24	30	40	50	65	80									
от 27-32	1	6	12	18	22	28	35	45	50	65	80								
от 33-37	1	5	9	15	20	25	30	38	46	55	70	80							
от 38-44	1	4	8	12	17	23	28	32	37	50	60	70	80						
от 45-52	1	3	5	9	14	18	23	29	36	46	55	65	75	80					
от 53-60	1	2	3	4	5	8	13	22	30	38	46	56	62	70	80				
от 61-68	1	2	3	4	5	6	10	15	23	33	39	48	56	60	70	80			
от 69-76	1	2	3	4	5	6	8	10	18	26	32	40	45	50	60	70	80		
от 77-90	1	2	3	4	5	6	7	8	9	12	15	20	28	38	52	62	75	80	

IV. Определение победителей Спартакиады

4.1. Общекомандное первенство в комплексном зачете для профессиональных образовательных организаций определяется по наименьшей сумме очков в четырех видах соревнований Спартакиады. Очки в зональных и финальных соревнованиях начисляются по Таблице (приложение № 2 к Порядку).

4.2. В случае равенства очков, преимущество получает команда, занявшая более высокое место в легкой атлетике.

4.3. Если команда, получившая право выступать на финальных соревнованиях не приняла участие, то она получает последнее место в своей зоне и соответствующие очки.

4.4. Команды, выступившие меньше чем в четырех видах Спартакиады, занимают места после команд, с полным зачетом.

ТАБЛИЦА
начисления очков в общекомандном зачете в отдельных видах
соревнований
Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных
организаций и образовательных организаций высшего образования
Ленинградской области в 2020-2021 учебном году

Зональные соревнования по спортивным играм

Место в зоне	Очки в общекомандный зачет				
	при 2-х командах	при 3-х командах	при 4-х командах	при 5-х командах	при 6-х командах
1 место	Выходит в финал				
2 место	19	9	9	9	9
3 место	-	19	12	12	12
4 место	-	-	19	15	15
5 место	-	-	-	19	18
6 место	-	-	-	-	19

Финальные соревнования

Занятое место в финальных соревнованиях	Очки в общекомандный зачет	
	Место	Очки
1 место	1 место	1 очко
2 место	2 место	2 очка
3 место	3 место	3 очка
4 место	4 место	4 очка
5 место	5 место	5 очков
6 место	6 место	6 очков

Условия проведения соревнований по видам программы Областной Спартакиады в условиях запрета на проведение массовых мероприятий

В программе по осеннему кроссу, лыжным гонкам и легкой атлетике проводятся на открытых спортивных площадках, соревнования по волейболу, мини-футболу и баскетболу в спортивных залах. Соревнования проводятся по зонам.

Соревнования проводятся в очно - заочной форме.

Первый этап – внутренний (в образовательных организациях), проводится очно.

Второй этап – зональный, проводится заочно, на основе присланных протоколов, фото и видео материалов, подтверждающих проведение соревнований в каждой зоне.

Третий этап - финальный, проводится заочно, на основе присланных протоколов, фото и видео материалов, подтверждающих проведение соревнований в каждой зоне.

Осенний кросс:

Соревнования проводятся по слабопересеченной местности (на стадионе), дистанции: девушки – 2 000 м, юноши – 3 000 м. Состав команды смешанный, 12 человек.

Обязательно наличие видеокамер при проведении соревнований.

Камера должна располагаться сбоку от зоны старта и финиша и фиксировать старт и финиш участников. Видеофайл должен быть непрерывным от момента старта первого участника до финала последнего.

Для участия в соревнованиях представитель команды представляет в мандатную комиссию заявку на участие в соревнованиях (обязательно на бланке образовательной организации), по прилагаемой форме с печатью (приложение №1 к настоящему Положению).

В течении 24-х часов после участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить по электронной почте: s.chernyshova@ladoga-lo.ru подписанные протоколы, общее фото участников команды, фото и видео материалы, подтверждающие проведение соревнования.

Общая физическая подготовка (вместо волейбола):

Состав команд – 10 человек.

Программа соревнований:

Юноши:

- челночный бег 3x10 м;
- подъем туловища из и.п. «лежа на спине» за 30 сек.;
- подтягивание на высокой перекладине;
- наклон из положения «стоя» на полу (гибкость).

Девушки:

- челночный бег 3x10 м;
- подъем туловища из и.п. «лежа на спине» за 30 сек.;
- наклон вперед из положения «стоя» на полу (гибкость);
- сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание).

Правила выполнения упражнений

• **Челночный бег 3 x 10 м.** На полу наносятся параллельные линии «А» и «Б» на расстоянии 10 метров, снаружи к ним наносятся квадраты 50x50 см. В квадрат на линии «Б» кладут 1 кубик размером 5x5x10 см. По команде «На старт» участник становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено). По команде «Внимание!», слегка сгибая обе ноги, наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о пол. По команде «Марш!» участник бежит до к линии «Б» берет кубик, возвращается к линии «А», кладет кубик (*не бросать*) и преодолевает последний отрезок, финиширует пересекая линию «Б». Результат фиксируется до 0,01 сек.

За каждый брошенный кубик участнику начисляются штрафное время – 1 сек. к результату участника.

• **Подъем туловища из и.п. «лежа на спине».** Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подъемов туловища за 30 секунд, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Дается одна попытка.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);

- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза);
- изменение прямого угла согнутых ног.

• **Подтягивание на перекладине (юноши).** Участник принимает положение виса хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху участнику необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды. Испытание выполняется на максимальное количество раз доступное участнику. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух. Дается одна попытка.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);
- нарушение техники выполнения испытания;
- подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;
- фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду;
- подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

• **Наклон вперед «из положения стоя» (гибкость).** Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, легинсы). При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком « - », ниже – знаком « + ».

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- сгибание ног в коленях;
- фиксация результата пальцами одной руки;
- отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.

• **Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание).** Упражнение выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине

плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи вслух или с использованием специальных приспособлений (электронных контактных платформ). Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжить выполнение испытания.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению;
- нарушение техники выполнения испытания;
- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- отсутствие фиксации на 1 секунду исходного положения;
- превышение допустимого угла разведения локтей;
- одновременное разгибание рук.

Обязательно наличие видеокамер при проведении соревнований.

Камера должна располагаться:

- при подъеме туловища из и.п. «лежа на спине» за 30 сек. – камера располагается сбоку от участника соревнований, так чтобы была видна правильность выполнения упражнения (не более 2-х участников одновременно на одну камеру);

- подтягивание на высокой перекладине – камера располагается с боку, так чтобы было видно, как участник выполняет упражнение;

- наклон из положения «стоя» на полу (гибкость) – камера располагается перед гимнастической скамьей и участником, так чтобы был виден результат наклона участника;

- сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) – камера располагается сбоку от участников, так чтобы была видна правильность выполнения упражнения;

- при челночном беге – камеры располагаются с боку, так чтобы было видно, как участник выполняет упражнение на протяжении всей дистанции. При выполнении упражнения сразу двумя участниками - камеры располагаются с двух сторон.

Для участия в соревнованиях представитель команды представляет в мандатную комиссию заявку на участие в соревнованиях (обязательно на бланке образовательной организации), по прилагаемой форме с печатью (приложение №1 к настоящему Положению).

В течении 24-х часов после участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить по электронной почте: s.chernyshova@ladoga-lo.ru подписанные протоколы, общее фото участников команды, фото и видео материалы, подтверждающие проведение соревнования (на видео должно быть зафиксировано выполнение упражнения каждым участником от начала до конца). Видео на каждом виде программы должно быть непрерывным.

Оценка результатов к определению командного первенства:

Результаты участников в каждом упражнении заносятся в сводный протокол команды (протокол № 1).

Командное первенство у юношей и девушек на зональных и финальных соревнованиях определяется в каждом упражнении по наибольшей сумме пяти лучших зачетных результатов.

В каждом упражнении определяется место в зоне: 1 место – 1 очко, каждое последующее на 1 очко больше. Командное место у юношей и девушек определяется по наименьшей сумме мест-очков по пяти лучшим результатам.

Общекомандный зачет по ОФП определяется по наименьшей сумме очков полученных командами юношей и девушек.

Мини-футбол:

Состав команды - 10 человек.

Программа соревнований:

1. Упражнение №1 «Змейка»;
2. Упражнение №2 «Удар по воротам»;
3. Упражнение №3 «Жонглирование».

Каждый участник выполняет 3 упражнения.

Правила выполнения упражнений

1. Упражнение №1 «Змейка». В упражнении участвуют все игроки команды. Команда выстраивается в колонну по одному у стартовой линии. На прямой расположены 4 конуса на расстоянии 3-х м друг от друга. Расстояние от линии старта до первого конуса 4 метра. У первого игрока мяч. Упражнение выполняется с соответствии со схемой № 1 (см. ниже).

По сигналу первый игрок начинает шаговое ударное ведение мяча, добегают до первого конуса и начинают обводку конусов. От 1 до 4 конуса игрок выполняет ведение мяча правой ногой, после обводки 4 конуса он двигается в обратную сторону выполняя обводку конусов левой ногой. От первого конуса до линии старта/финиша игрок выполняет шаговое ударное ведение мяча.

На финише участник останавливает мяч ногой на стартовой линии. Результат оценивается по времени плюс штрафные очки.

Штрафные очки начисляются за каждый сбитый конус – «+» 3 сек. к полученному результату. Пропуск конуса – игрок возвращается к предыдущему конусу и продолжает выполнения упражнения.

Зачет и определение командного места в упражнении.

В зачет идут 6 лучших результатов. Командное место определяется по среднему результату 6 участников.

2. Упражнение №2 «Удар по воротам». В упражнении участвуют все игроки команды. На расстоянии 9 м от ворот располагаются 6 мячей (три с правой стороны, три с левой стороны). Упражнение выполняется с соответствии схемой № 2 (см. ниже). По сигналу первый игрок выполняет удары по не подвижному мячу с разбега правой и левой ногой (по три попытки правой и левой ногой). Мяч должен пересечь линию ворот в полете. Зачитывается попадание мяча в ворота.

Упражнение проводится с использованием ворот 2 x 3 м.

Зачет и определение командного места в упражнении.

В зачет идут 6 лучших результатов. Командное место определяется по среднему результату 6 участников.

3. Упражнение №3 «Жонглирование». Жонглирование мячом на месте и (или) в движении одной и (или) поочередно обеими ногами, ударяя подъемом, внутренней и внешней сторонами стопы, бедром.

Участник по звуковому сигналу начинает жонглировать мячом. По свистку заканчивает выполнение упражнения. Время выполнения 30 сек., во время выполнения судья считает количество ударов. При падении мяча на землю выполнение упражнения останавливается. Дается две попытки. Зачитывается лучшая попытка. Во время упражнения мяч в руки брать нельзя.

В зачет идут 6 лучших результатов. Командное место определяется по среднему показателю набитых мячей 6 зачетных участников.

Обязательно наличие видеокамер при проведении соревнований.

Камера должна располагаться:

- при упражнении №1 – с боку, с любой стороны, так чтобы было видно все фишки, участников выполняющих упражнение, как они пересекают финишную прямую, останавливают мяч в зоне финиша.

- при упражнении №2 – камера располагается с боку со стороны (между участником и воротами) так чтобы было видно участника, полет мяча и результат удара (попадание мяча в ворота);

- при упражнении №3 – камера располагается перед участником (не более 3-х участников сразу) так чтобы было видно правильность выполнения упражнения и была возможность подсчета результата.

Для участия в соревнованиях представитель команды представляет в мандатную комиссию заявку на участие в соревнованиях (обязательно на бланке образовательной организации), по прилагаемой форме с печатью (приложение №1 к настоящему Положению).

В течении 24-х часов после участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить по электронной почте: s.chernyshova@ladoga-lo.ru подписанные протоколы, общее фото участников команды, фото и видео материалы, подтверждающие проведение соревнования (на видео должно быть зафиксировано выполнение упражнения каждым участником от начала до конца). Видео на каждом упражнении должно быть непрерывным.

Лыжные гонки:

Соревнования проводятся по слабопересеченной местности (на стадионе), дистанции: девушки – 3 000 м, юноши – 5 000 м. Состав команды смешанный, 12 человек.

Обязательно наличие видеокамер при проведении соревнований.

Первая камера должна располагаться сбоку от зоны старта и финиша и фиксировать старт и финиш участников. Вторая камера – общий вид с возможностью фиксации количества кругов пройденных участниками. Видеофайл должен быть непрерывным от момента старта первого участника до финала последнего.

Для участия в соревнованиях представитель команды представляет в мандатную комиссию заявку на участие в соревнованиях (обязательно на бланке образовательной организации), по прилагаемой форме с печатью (приложение №1 к настоящему Положению).

В течении 24-х часов дней после участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить по электронной почте: s.chernyshova@ladoga-lo.ru подписанные протоколы, общее фото участников команды, фото и видео материалы, подтверждающие проведение соревнования.

Баскетбол:

Состав команды - 10 человек.

Программа соревнований для юношей и девушек:

1. Упражнение № 1. Эстафета с броском мяча в кольцо;
2. Упражнение № 2. Эстафета с мячом;
3. Упражнение № 3. Парная эстафета.

Каждый участник выполняет все упражнения.

Правила выполнения упражнений

1. Упражнение №1. В упражнении участвуют все игроки команды. Команда выстраивается в колонну на линии штрафного броска, мяч у впереди стоящего. По сигналу судьи игрок ведет мяч к щиту и бросает в кольцо, затем подбирает мяч, передает его (броском) игроку № 2, стоящему на линии штрафного броска, а сам возвращается в конец колонны. Игрок № 2 повторяет упражнение и т.д. Упражнение выполняется до 20 попаданий в кольцо. Результат фиксируется до 0,1 сек.

2. Упражнение №2. В упражнении участвуют все игроки команды. Команда выстраивается в колонну по одному у лицевой линии. Первый игрок с мячом. По сигналу он начинает движение с мячом в соответствии со схемой выполнения № 3 (см. ниже) со сменой рук. Добегает до 4 конуса, оббегает его и движется к конусу 5, оббегает его, далее таким же способом движется в обратную сторону. После оббегания 8 конуса участник выходит на штрафную линию перед кольцом. Бросает мяч в кольцо, ловит его и броском передает мяч второму игроку. Второй игрок приступает к выполнению упражнения. Упражнение считается законченным, когда последний игрок финиширует с мячом в руках. Результат фиксируется до 0,1 сек.

Штрафные очки:

- за сбитый конус + 1 сек.;
- не попадание в кольцо + 3 сек.;
- пробежка +1 сек.;
- не правильная обводка (не соблюдение схемы движения) + 3 сек.

3. Упражнение №3. В упражнении участвуют все игроки команды. Команда делится на две подгруппы. Одна подгруппа (первая группа) становится у лицевой линии с одной стороны кольца, другая (вторая группа) – с другой. Расстояние между ними 4 метра. У игрока первой группы мяч.

Игроки начинают движение к конусам №1 в соответствии со схемой выполнения №4 (см. ниже). Первый игрок из подгруппы I с мячом, первый игрок из подгруппы II без мяча. Игроки оббегают конусы, и первый игрок с мячом бросает мяч своему напарнику. Далее игроки оббегают конусы под

№2 и обмениваются мячом, потом игроки оббегают конусы под №3, снова обмениваются мячом, далее игроки оббегают конусы под №4 последний раз, обмениваются мячом. Игрок, получивший мяч, бросает его в кольцо, второй игрок ловит мяч и также бросает его в кольцо, ловит его и оба участника бегут к финишу. Игрок, у которого мяч - ведет мяч.

□ Игроки первой подгруппы оббегают конусы с левой стороны, игроки второй группы – с правой. Передача эстафеты мячом в зоне старта.

Упражнение считается законченным, когда последняя пара участников пересечет финишную линию. Результат фиксируется до 0,1 сек.

Штрафные очки:

- за сбитый конус + 1 сек.;
- не попадание в кольцо + 3 сек.;
- пробежка +1 сек.;
- не правильная обводка (не соблюдение схемы движения) + 3сек.

Обязательно наличие видеокамер при проведении соревнований.

- при упражнении №1 – с противоположной стороны от колонны участников, так чтобы было видно всю команду и кольцо, а также выполнение упражнения;

- при упражнении №2 – камера располагается с боку площадки, так чтобы было видно старт участника, его перемещение по всей площадке и финиш.

- при упражнении №3 – камера располагается с боку площадки (так чтобы не мешала участникам), должна фиксировать старт участников, их перемещение по всей площадке, броски в кольцо и финиш.

Для участия в соревнованиях представитель команды представляет в мандатную комиссию заявку на участие в соревнованиях (обязательно на бланке образовательной организации), по прилагаемой форме с печатью (приложение №1 к настоящему Положению).

В течении 24-х часов после участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить по электронной почте: s.chernyshova@ladoga-lo.ru подписанные протоколы, общее фото участников команды, фото и видео материалы, подтверждающие проведение соревнования (на видео должно быть зафиксировано выполнение упражнения каждым участником от начала до конца). Видео на каждом виде программы должно быть непрерывным.

Зачет и определение командного места на зональном этапе:

Командное место по баскетболу отдельно среди юношей и девушек определяется по наименьшей сумме очков-мест в трёх упражнениях.

Общекомандное место определяется по наименьшей сумме очков-мест полученных в эстафетах.

Легкая атлетика:

Состав команды смешанный, 12 человек.

Программа:

1. Бег – 100 м – юноши и девушки;
2. Прыжок в длину с места – 2 попытки - юноши и девушки;
3. Метание набивного мяча весом 1 кг – 2 попытки - юноши и девушки;
4. Челночный бег 3 по 10 м.

Каждый участник команды может выступать во всех видах.

Правила выполнения упражнений

1. Бег 100 м проводится на беговой дорожке с высокого или низкого старта. Каждый участник от старта до финиша бежит по своей дорожке. Результат фиксируется с точностью до 0,1 сек.

2. Прыжок в длину выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется две попытки. Засчитывается лучший результат.

3. Метание набивного мяча (1 кг) (бросок из-за головы). Участник становится на стартовую линию лицом к направлению броска мяча. Мяч берется двумя руками, поднимается над головой, отводится за голову, а потом резким движением рук бросается вперед. Передвигаться за ограничительную линию запрещено. Участнику предоставляется две попытки. Засчитывается лучший результат.

4. Челночный бег 3 x 10 м. На полу наносятся параллельные линии «А» и «Б» на расстоянии 10 метров, снаружи к ним наносятся квадраты 50x50 см. В квадрат на линии «Б» кладут 1 кубик размером 5x5x10 см. По команде «На старт» участник становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено). По команде «Внимание!», слегка сгибая обе ноги, наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о пол. По команде «Марш!» участник бежит до к линии «Б» берет кубик, возвращается к линии «А», кладет кубик (*не бросать*) и преодолевает последний отрезок, финиширует пересекая линию «Б». Результат фиксируется до 0,01 сек.

За каждый брошенный кубик начисляется штрафное время + 1 сек. к результату участника.

Обязательно наличие видеокамер при проведении соревнований.

Для участия в соревнованиях представитель команды представляет в мандатную комиссию заявку на участие в соревнованиях (обязательно на

бланке образовательной организации), по прилагаемой форме с печатью (приложение №1 к настоящему Положению).

В течении 48-х часов после участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить по электронной почте: s.chernyshova@ladoga-lo.ru подписанные протоколы, общее фото участников команды, фото и видео материалы, подтверждающие проведение соревнования (на видео должно быть зафиксировано выполнение упражнения каждым участником от начала до конца). Видео на каждом виде программы должно быть непрерывным.

Камера должна располагаться:

- при беге 100 м – на финише так, чтобы было видно старт, бегущих участников и как они пересекают финишную прямую;

- при прыжках в длину с места – камера располагается с боку со стороны измерительной ленты, так чтобы было видно результат прыжка участника;

- при метании набивного мяча (1 кг) – камера располагается перед участником сбоку и должна захватывать участника и точку падения мяча с укрупнением плана фиксации результата;

- при челночном беге – камеры располагаются с боку, так чтобы было видно как участник выполняет упражнение на протяжении всей дистанции.

При выполнении упражнения двумя участниками одновременно - камеры располагаются с двух сторон.

Схема выполнения упражнения №1 по мини-футболу:

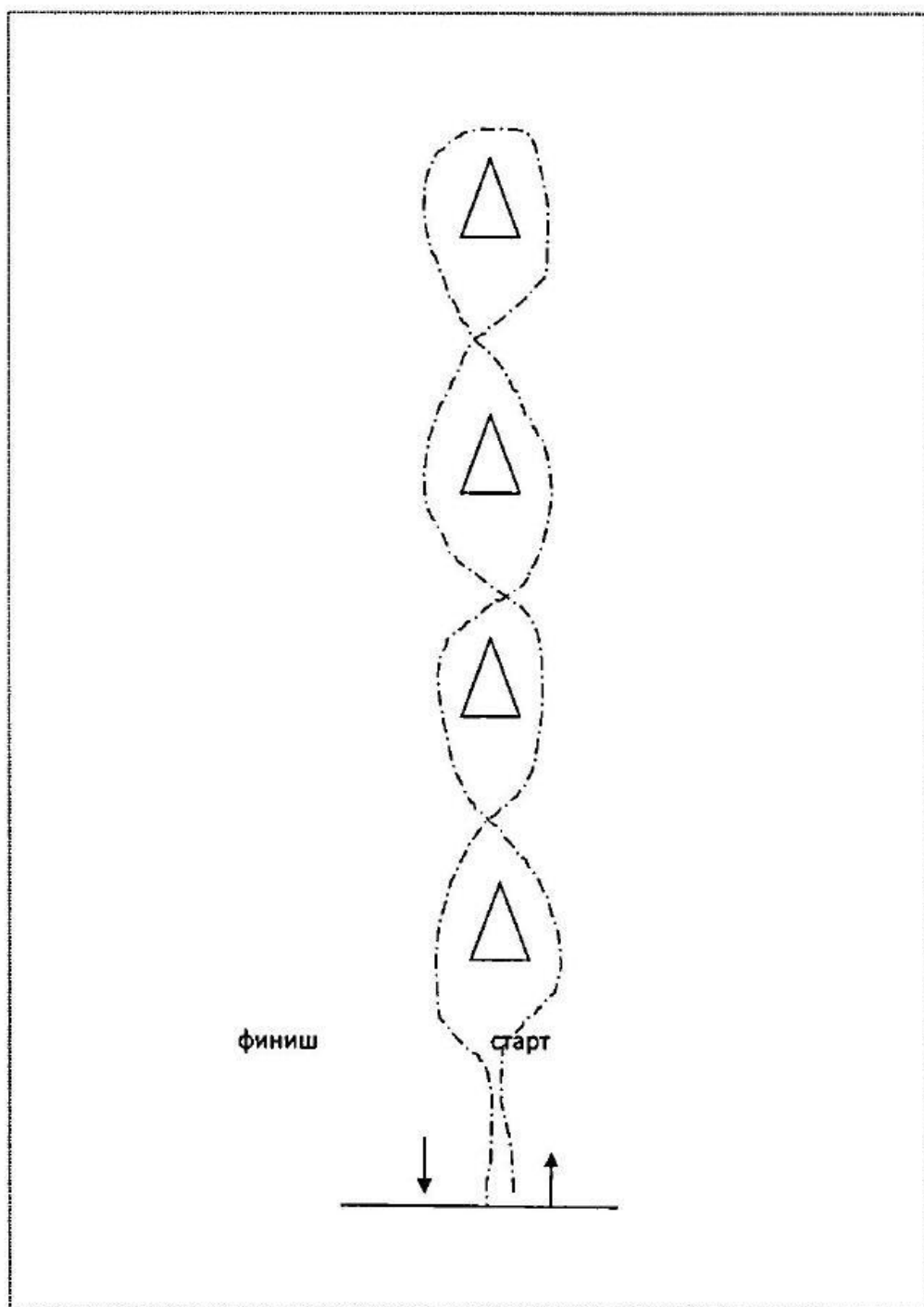


Схема выполнения упражнения №2 по мини-футболу:

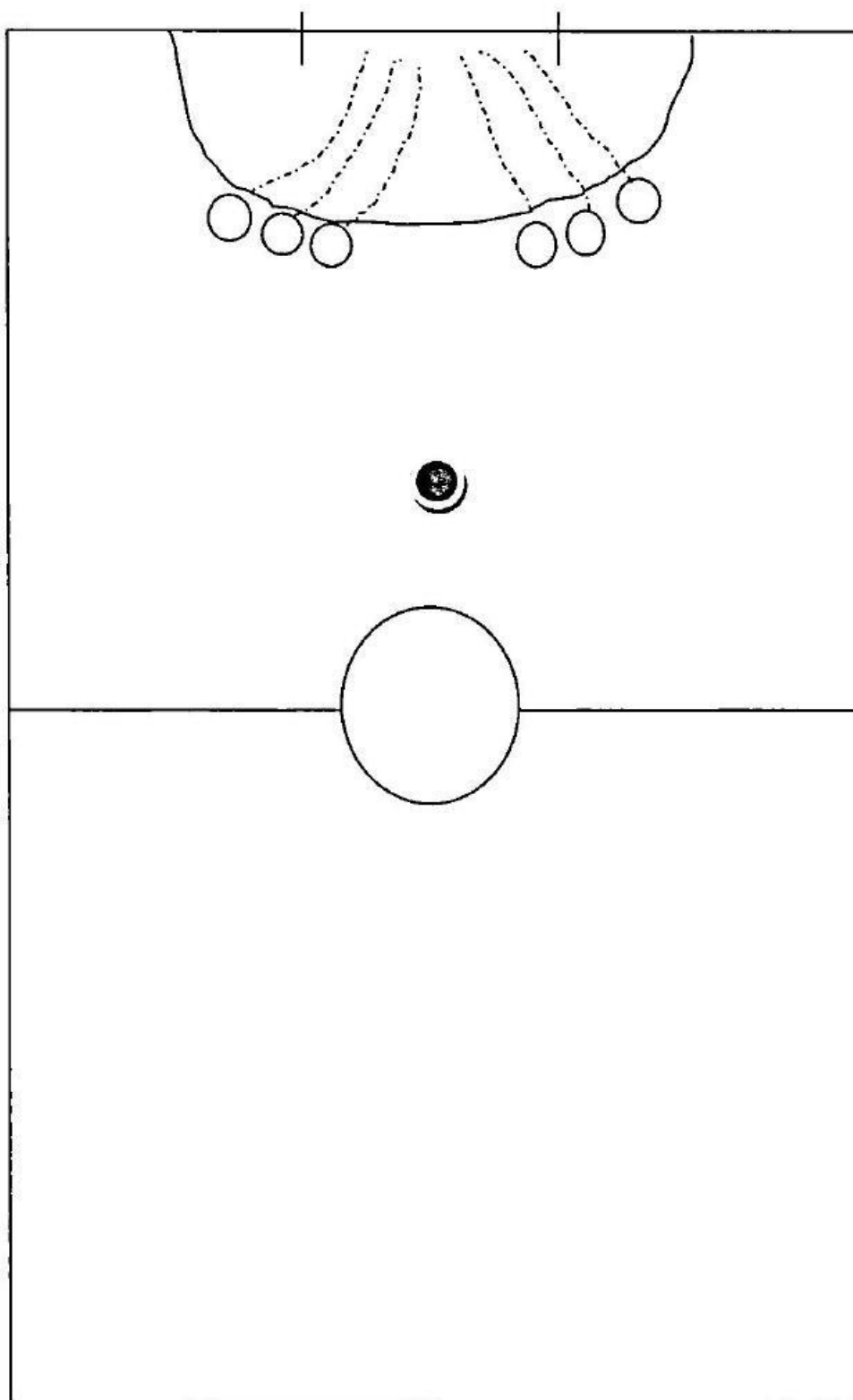


Схема выполнения упражнения №2 по баскетболу:

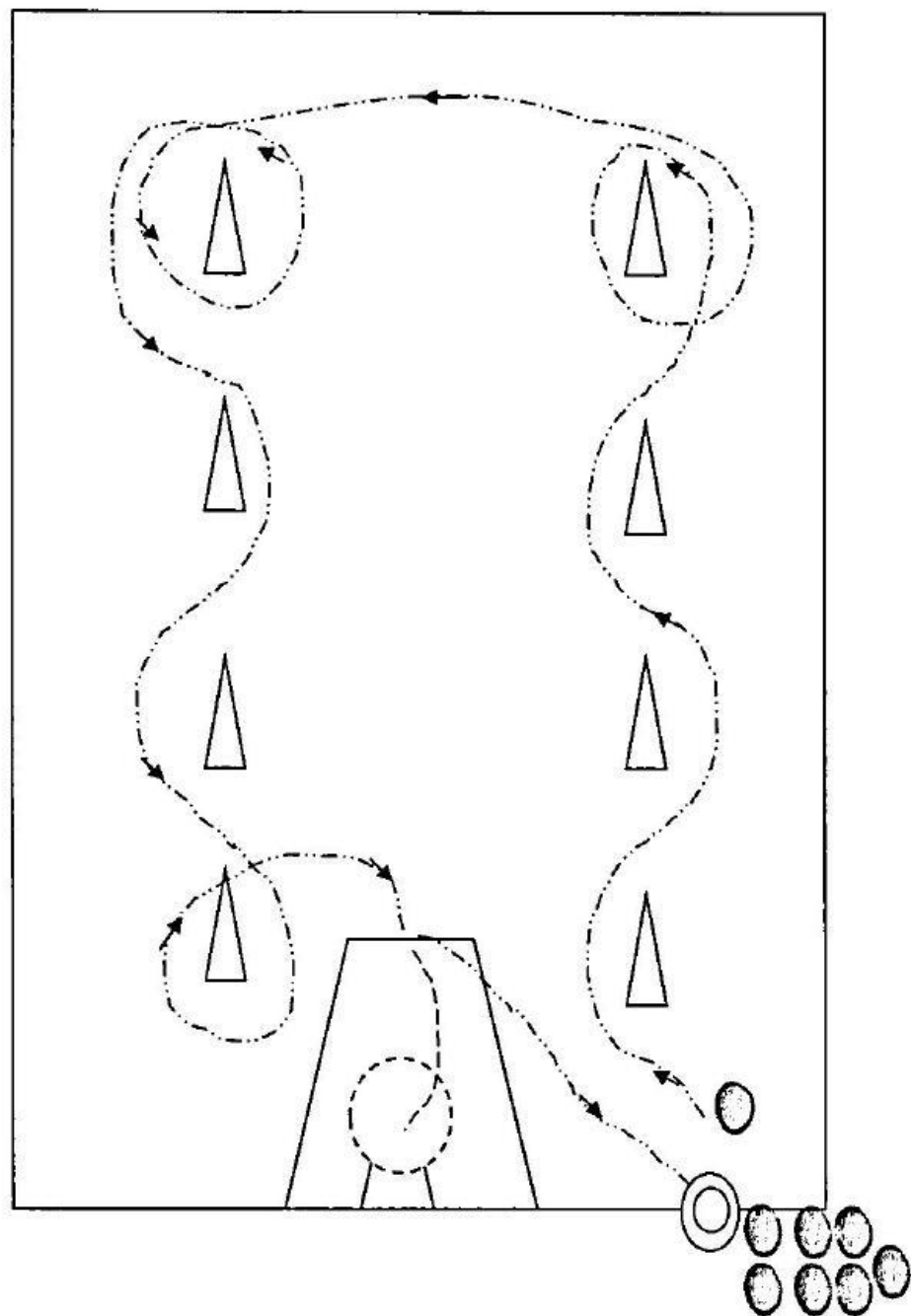
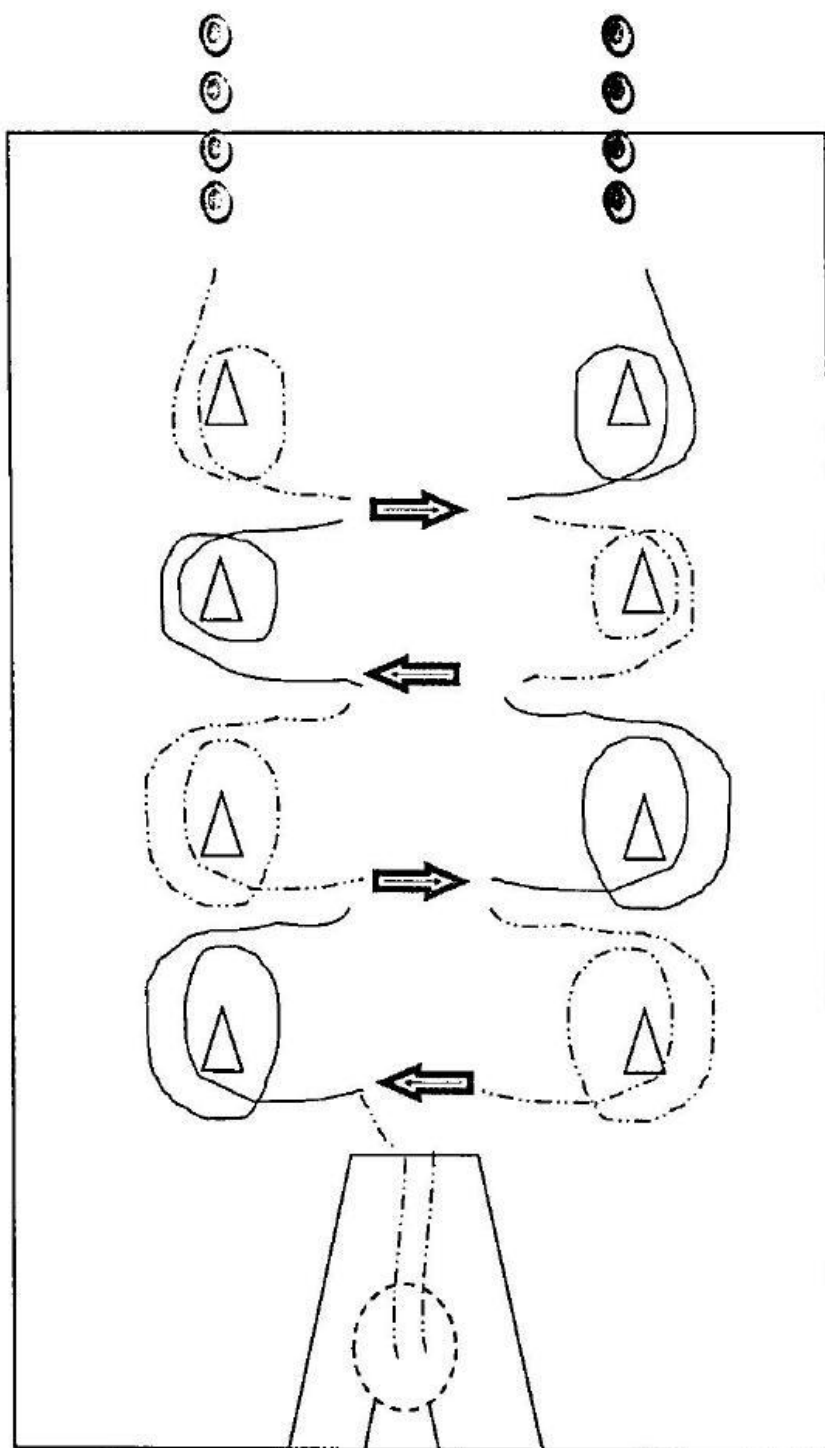


Схема выполнения упражнения №3 по баскетболу:



Сводный протокол соревнований по ОФП:

команда юношей _____ (организация)

Дата _____ Место _____

№ п.п.	Организация	Место-очки за виды						Сумма очков		Общая сумма очков	Место										
		Челночный бег		Подъем туловища		Подтягивание		Наклон из положения «СТОЯ»													
		время	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки			Кол-во	Место								
1																					
2																					
3																					
4																					
5																					
6																					

Главный судья соревнований _____ / _____

Секретарь _____ / _____

Сводный протокол соревнований по ОФП:

команда девушек _____

(организация)

Дата _____

Место _____

№ п.п.	Организация	Место-очки за виды										Сумма очков		Общая сумма очков	Место	
		Целночный бег		Подъем туловища		Сгибание и разгибание рук		Наклон вперед		Кол-во	Место					
		время	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки							
										сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки	сумма 5-ти зачетных результатов	место-очки			
1																
2																
3																
4																
5																
6																

Главный судья соревнований _____ / _____ / _____

Секретарь _____ / _____ / _____

Итоговый протокол соревнований по ОФП

Дата _____ Место _____

Место	Организация	Количество очков		
		Юноши	Девушки	Сумма

Главный судья соревнований _____ / _____ /

Секретарь _____ / _____ /



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ
ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

РАСПОРЯЖЕНИЕ

04 «август» 20 20 года № 14 90-р

О проведении Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году

Во исполнение приказа комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 23 июля 2014 года № 36 «Об утверждении Положения об областной спартакиаде учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области»:

1. Утвердить График проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году (далее - Спартакиада) согласно приложению 1.
2. Утвердить Состав организационного комитета Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году согласно приложению 2.
3. Утвердить Порядок проведения Областной Спартакиады учащихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области в 2020-2021 учебном году согласно приложению 3.
4. Руководителям профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования Ленинградской области организовать участие учащихся в Спартакиаде.

5. Директору государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр «Ладога» (Т.И. Маевской) провести мероприятия Спартакиады согласно графика.

6. Контроль за исполнением распоряжения оставляю за собой.

Заместитель председателя комитета



А.С. Огарков