

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 47

Легостаева Т.В.

3_ марта 2016г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении школьного спортивного праздника

«А, ну-ку, девушки!» для 9-х классов

1.Цель и задачи:

- содействовать дальнейшему развитию массового спорта в школе;
- формирование физически здоровой, творчески активной личности;
- развитие духовно-нравственных аспектов формирования личности;
- развитие интересов к различным видам двигательной активности;
- самовыражение детей и подростков через участие в спортивных соревнованиях;
- обучение коллективным действиям в условиях соревнований.

2.Время и место проведения 5 марта 2016 г. с 10-00ч. в большом спортивном зале.

3.Участники конкурса:

В соревнованиях принимают девушки 9-х классов, допущенные к занятиям физкультурой. Состав команды 5 человек.

4.Программа соревнований:

4.1.Акробатика: стойка ноги вместе, руки в стороны – 0,5 балла; кувырок вперед в сед углом, руки в стороны – 1 балл; наклон вперед – 1 балл; стойка на лопатках «Березка» с поочередным сгибанием ног в колене - 2 балла; «мост» из положения лежа – 2 балла, переворотом на 180° в полушпагат, руки в стороны – 2,5 балла; упор присев, стойка ноги вместе, руки в стороны – 1 балл. Максимальная оценка -10 баллов.

4.2. Упражнение на бревне: стойка ноги в третьей позиции, руки в стороны – 0,5 балла; равновесие «ласточка» на одной ноге - 2,5 балла; 3 прыжка со сменой ног с продвижением вперед – 2 балла; «зачерпывание» - 2 балла; два поворота на 180 ° в полуприседе - 2 балла; старт пловца, соскок, приземление в стойку ноги вместе, руки в стороны -1 балл. Максимальная оценка -10 баллов.

4.3. Ритмическая гимнастика: комплекс ритмической гимнастики выполняет команда из пяти человек. Продолжительность выполнения – от 3 до 7 минут. Оценивается правильность выбора упражнений, синхронность выполнения, артистизм. Максимальная оценка -10 баллов.

4.4. Подтягивание в висе лежа: хват прямой сверху, полное сгибание и полное разгибание рук. Каждый участник выполняет максимальное количество раз. Засчитывается только правильно выполненное упражнение. Результаты суммируются.

5. Определение победителей: в акробатике, упражнении на бревне, подтягивание в висе лежа суммируются результаты всех пяти участников. В ритмической гимнастике оценивается командное выступление. **Победители по видам определяются по наибольшей сумме баллов.** Итог подводится по наименьшей сумме мест по видам.

6. Награждение:

Победители награждаются грамотами и призами по окончании соревнований.