

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель Министра спорта
Российской Федерации


М.В. Томилова

« 11 » 04 2017 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор ФГБОУ ВО
«Смоленская государственная
академия физической культуры,
спорта и туризма»


Г.Н. Грец

« 2 » 2017 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о XX Всероссийском фестивале студентов вузов физической культуры

2017 г.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

XX Всероссийский фестиваль студентов вузов физической культуры (далее – Фестиваль) проводится в целях:

- развития творчества студентов в освоении профессии;
- повышения уровня физической подготовленности студентов как одного из основных профессиональных требований к специалистам по физической культуре и спорту;
- выявления уровня освоения студентами общего курса спортивных дисциплин (по базовым видам спорта);
- пропаганды ценностей физической культуры и спорта, здорового образа жизни;
- укрепления деловых, научных и спортивных связей между учебными заведениями.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится в два этапа:

I этап – внутри вузовские соревнования.

По результатам I этапа формируются команды вузов для участия в финальных соревнованиях.

II этап - финальные соревнования среди команд вузов, проводятся с 24 по 28 мая 2017 года на базе ФГБОУ ВО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма». День приезда - 24 мая 2017 года, день отъезда - 28 мая 2017 года.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство организацией Фестиваля осуществляют Министерство спорта Российской Федерации (далее - Минспорт России) и Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма» (далее – ФГБОУ ВО СГАФКСТ).

Непосредственное проведение возлагается на ФГБОУ ВО СГАФКСТ и главную судейскую коллегию.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию во II этапе Фестиваля допускаются команды вузов физической культуры, подведомственных Минспорту России. Команда формируется из студентов очной формы обучения, обучающихся по программам высшего образования.

Состав команды 18 человек, в том числе: 15 участников, 1 руководитель, 2 тренера-преподавателя.

1. Соревнования по физической подготовке.

1.1. Соревнования по студенческому спортивному многоборью «Физическое совершенство»

1.2. Соревнования по базовым видам спорта «Преодоление полосы профессиональных испытаний»

- 6 участников (3 юноши и 3 девушки) + 1 тренер-преподаватель;
- 2. Конкурс знатоков спорта «Олимпийское наследие»
- 7 участников независимо от пола.
- 3. «Научное творчество молодежи» - конкурс среди студентов – 1 чел.
- 4. Соревнования по черлидингу «Навстречу XIX Всемирному фестивалю молодежи и студентов 2017 года в Сочи» - 8 участников, 1 тренер-преподаватель.

Участники команд, допущенных к участию в финальных соревнованиях Фестиваля, должны иметь единую парадную форму с символикой своей образовательной организации высшего образования.

Комиссия по допуску участников к соревнованиям по физической подготовке проверяет именную заявку образовательной организации высшего образования (Приложение 3), а также следующие сведения о каждом участнике:

- дату рождения и место жительства - по паспорту и по наличию постоянной или временной регистрации по месту учебы;
- принадлежность спортсмена к образовательной организации высшего образования по зачетной книжке, оформленной в установленном порядке для студентов;
- состояние здоровья – по именной заявке, заверенной врачом;
- наличие полиса обязательного медицинского страхования.

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

- 24 мая – день приезда, размещение команд, комиссия по допуску участников, совещание представителей и жеребьевка команд по предстоящим соревнованиям.
- 25 мая – проведение соревнований по студенческому спортивному многоборью «Физическое совершенство», открытие Фестиваля, соревнование команд в номинации черлидинг - «Навстречу XIX Всемирному фестивалю молодежи и студентов 2017 года в Сочи»
- 26 мая – проведение конкурса среди студентов «Научное творчество молодежи», предварительные опробование упражнений на снарядах соревнования по базовым видам спорта «Преодоление полосы профессиональных испытаний», конкурс знатоков спорта «Олимпийское наследие»
- 27 мая – проведение соревнований по базовым видам спорта «Преодоление полосы профессиональных испытаний», награждение победителей и призеров соревнований, показательные выступления, закрытие соревнований.
- 28 мая – день отъезда участников.

VI. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ВИДОВ ПРОГРАММЫ ФЕСТИВАЛЯ И ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

6.1. Соревнования по студенческому спортивному многоборью «Физическое совершенство»

Соревнования лично-командные. Состав команды 6 человек (3 юноши, 3 девушки).

Методика тестирования физической подготовки участников в Приложении № 1.

Личные соревнования проводятся отдельно среди юношей и девушек.

Система оценки индивидуальных результатов производится по таблице в соответствии с Приложением №1.

Победители и призеры в личных соревнованиях определяются по наибольшей сумме набранных очков, при равенстве очков преимущество получает участник, имеющий лучший результат в беге на 1000 метров.

Командный результат определяется отдельно среди юношей и девушек по сумме очков трех участников.

Общекомандный результат в номинации определяется по сумме очков, набранных всеми участниками команды.

6.2. Соревнования по базовым видам спорта «Преодоление полосы профессиональных испытаний»

Соревнования лично-командные. Состав команды 6 человек (3 юноши, 3 девушки).

Личные – проводятся отдельно среди юношей и девушек. Победитель и призеры определяются по наименьшему времени прохождения дистанции в соответствии с Приложением № 2.

На каждой станции для выполнения упражнения участнику предоставляется 2 попытки (в стрельбе - три). За невыполнение – штраф 15 секунд.

Командный результат определяется отдельно среди юношей и девушек по наименьшей сумме времени затраченного на прохождение дистанции участниками команды.

Общекомандный результата в номинации определяется по наименьшей сумме времени, затраченного на прохождение дистанции всеми участниками команды.

Форма заявки на участие в соревнованиях по базовым видам спорта «Преодоление полосы профессиональных испытаний» представлена в Приложении № 3.

6.3. Конкурс знатоков спорта «Олимпийское наследие».

Состав команды - 7 человек (независимо от пола). Команда комплектуется из числа участников соревнований «Физическое совершенство» и «Преодоление полосы профессиональных испытаний», «Научное творчество молодежи», черлидинг.

Конкурс включает в себя тест.

Тест. Состоит из 30 вопросов. В вопросе несколько вариантов ответа. Задание выполняет вся команда. За каждый правильный ответ начисляется 1 балл. Время выполнения задания – 20 минут.

Победителем становится команда, набравшая большее количество баллов.

Форма заявки на участие в конкурсе знатоков спорта «Олимпийское наследие» представлена в Приложении № 4.

6.4. «Научное творчество молодежи» - конкурс среди студентов

Конкурс предусматривает выступление студентов в форме конференции, в ходе которой докладчики представляют результаты своих научных разработок.

Тема: «Научно-методические проблемы подготовки спортивного резерва».

Количество участников: не более 1 студента от вуза. Время выступления – 10 минут (7 минут – выступление, 3 минуты – ответы на вопросы).

Критерии оценки выступлений:

- актуальность и новизна исследования;
- теоретическая и практическая значимость исследования;
- полнота изложения материалов исследования;
- степень обоснованности представленных результатов исследования и выводов;
- качество ответов на вопросы;
- качество доклада и его презентации.

Итоги подводятся по сумме баллов, набранных в процессе выступления каждым участником.

Форма заявки на участие в конкурсе «Научное творчество молодежи» представлена в Приложении № 5.

6.5. Соревнования команд по черлидингу - «Навстречу XIX Всемирному фестивалю молодежи и студентов 2017 года в Сочи».

Состав команды – 8 человек (независимо от пола).

Тема выступления – национальные культурные ценности – традиции, память и идентичность.

Основная идея выступления: показать ценность культуры, в том числе физической, в духовном и физическом воспитании, а также в формировании мировоззрения современной студенческой молодежи.

Соревнования проводятся согласно правилам вида спорта «Черлидинг», утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации.

Продолжительность выступления: до 3 минут.

Количественный состав – 8 человек.

Размеры площадки: не менее 12x12 м.

Критерии оценки:

Оценка программы в целом:

- чистота;
- сложность;
- техника исполнения;
- синхронность;
- оригинальность.

Оценка: 0-10 баллов

Выполнение элементов черлидинга (на выбор):

- станты;
- пирамиды;
- выбросы;
- акробатика;
- чир-прыжки.

Оценка: 0-10 баллов

Внешний вид:

- костюмы;
- общее впечатление.

Оценка: 0-10 баллов

Фонограмма принимается на CD дисках и флэш-картах. Музыка должна быть записана одним треком. Музыкальный трек должен быть в формате MP3.

Жеребьевка выступления команд проводится по окончании организационного собрания с руководителями делегаций.

Победителем в номинации определяется команда, набравшая наибольшее количество баллов. Общая оценка выступления формируется путем сложения полученных баллов за каждый критерий оценки выступления.

VII. ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЯ

Победителями в общекомандном зачете Фестиваля является команда, набравшая наименьшую сумму мест, занятых во всех номинациях Фестиваля. При равенстве суммы мест у двух и более команд преимущество получает та, которая имеет наилучший результат в соревнованиях «Физическое совершенство».

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1-ые места в личных видах программы Фестиваля, награждаются личными призами, медалями и дипломами Минспорта России.

Участники, занявшие 2-ые и 3-и места в личных видах программы Фестиваля, награждаются медалями и дипломами Минспорта России.

Участники команд ВУЗов, занявшие 1-3 места в командных видах среди юношей и девушек, награждаются медалями и дипломами Минспорта России.

Участники команд ВУЗов, занявшие 1-3 места в командных видах программы среди юношей и девушек, награждаются медалями и дипломами Минспорта России.

Команды ВУЗов, занявшие в общекомандном зачете 1-3 места, награждаются кубками Минспорта России.

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Минспорт России осуществляет финансовое обеспечение физкультурных мероприятий в соответствии с Порядком финансирования за счет средств федерального бюджета и Нормами расходов средств на проведение физкультурных и спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

На печатной, рекламно-информационной и сувенирной продукции, издаваемой (изготавливаемой) к Фестивалю, а также на кино-, видео- и фотоматериалах, выпускаемых (изготавливаемых) в связи с проведением соревнований, допускается изображение логотипов Минспорта России.

Награждение победителей конкурса знатоков спорта «Олимпийское наследие» осуществляется за счет средств, выделяемых Олимпийским комитетом России.

Расходы по командированию участников соревнований (проезд в оба конца, суточные в пути, страхование) обеспечивают командирующие организации.

Страхование участников Фестиваля может производиться за счет средств бюджетов субъектов Российской Федерации и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации.

X. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующему виду спорта.

Соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с Приказом Минздрава России от 01.03.2016 N 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне».

XI. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии полиса (оригинала) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который

представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника соревнований в день приезда.

ХII. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительная заявка на участие в Фестивале с указанием количественного состава делегации (Приложение № 6), а также даты и времени прибытия, высылаются **до 1 мая 2017 года по адресу:**

214018, г. Смоленск, пр-т. Гагарина, д.23

Тел.: 8 (4812) 62-89-59, факс: 8 (4812) 62-89-32

E-mail: smolakademsport@mail.ru

Контактное лицо проректор по спортивной работе Сулимов Алексей Алексеевич 8 (4812) 30-71-51, 8 (906) 668-35-35 (моб.).

Вся необходимая информация о Фестивале размещена на официальном сайте ФГБОУ ВО СГАФКСТ: <http://www.sgafkst.ru>

Методика тестирования физической подготовленности участников

I. Общие положения.

1. Весь комплекс тестовых упражнений выполняется в один день.
2. Очередность выполнения упражнений:
 - подтягивание на высокой перекладине (юноши), сгибание - разгибание рук в упоре лежа (девушки);
 - прыжок в длину с места;
 - бег 1000 метров.
3. В каждом упражнении испытуемый должен показать результат не ниже предусмотренного соответствующими оценочными таблицами.
4. Для выявления уровня физической подготовленности испытуемого используется комплексная оценка, соответствующая сумме баллов, набранных в тестовых упражнениях.

II. Регламентация выполнения упражнений:

- подтягивание из виса на высокой перекладине.

Выполняется максимальное количество раз. Подтягивание засчитывается при положении, когда подбородок испытуемого находится выше уровня перекладины. Запрещаются движения в тазобедренных и коленных суставах, попеременная работа руками и изменение положения рук;

- сгибание-разгибание рук в упоре лежа (отжимание).

Выполняется максимальное количество раз. Исходное положение: упор лежа. Отжимание засчитывается при полном выпрямлении рук, угол между плечом и туловищем не должен превышать 45 градусов. Запрещается при выполнении упражнения изменение углов в тазобедренных и коленных суставах, а также прогибание в пояснице;

- прыжок в длину с места.

Испытуемый выполняет три попытки, лучшая из которых заносится в протокол. Отталкивание от опоры осуществляется двумя ногами, разрешается мах руками;

- бег на дистанцию 1000 метров.

Бег проводится по дорожке стадиона в соответствии с правилами проведения соревнований по легкой атлетике.

**ТАБЛИЦА ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ**

Уровень физической подготовленности	Количество очков (сумма очков трех упражнений)
Супер	2220 и более
Отличный	от 2100 до 2219
Хороший	от 1970 до 2099
Удовлетворительный	от 1800 до 1969
Неудовлетворительный	менее 1800

Испытуемый, выполняя тестовые упражнения, получает в каждом из них очки, соответствующие показанному результату. Суммируя полученные очки в трех упражнениях, получаем общее количество очков. По общему количеству очков, в соответствии с таблицей, определяется уровень физической подготовленности.

Если результат испытуемого в каком либо тестовом упражнении ниже результата, оцениваемого в 600 очков, он получает в данном упражнении 0 очков.

Если результат испытуемого в каком либо тестовом упражнении выше результата, оцениваемого в 750 очков, он получает в данном упражнении 750 очков.

ТАБЛИЦЫ ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ
Отжимание. Девушки

Кол-во	Очки	Кол-во	очки
12	600.00	32	719.71
13	607.69	33	722.52
14	615.38	34	725.34
15	623.08	35	728.16
16	630.77	36	730.97
17	638.46	37	733.79
18	646.15	38	736.00
19	653.85	39	737.03
20	661.54	40	738.06
21	669.23	41	739.09
22	676.92	42	740.12
23	684.62	43	741.15
24	692.31	44	742.18
25	700.00	45	743.21
26	702.82	46	744.24
27	705.63	47	745.28
28	708.45	48	746.31
29	711.26	49	747.34
30	714.08	50	748.37
31	716.89	51	750.00

Прыжок в длину с места. Девушки

см	очки	см	очки	см	очки
185	600.00	206	701.83	227	737.34
186	605.00	207	703.66	228	738.01
187	610.00	208	705.49	229	738.68
188	615.00	209	707.32	230	739.35
189	620.00	210	709.15	231	740.02
190	625.00	211	710.98	232	740.69
191	630.00	212	712.81	233	741.36
192	635.00	213	714.64	234	742.03
193	640.00	214	716.47	235	742.70
194	645.00	215	718.30	236	743.37
195	650.00	216	720.13	237	744.04
196	655.00	217	721.96	238	744.71
197	660.00	218	723.79	239	745.38
198	665.00	219	725.62	240	746.05
199	670.00	220	727.45	241	746.72
200	675.00	221	729.28	242	747.39
201	680.00	222	731.11	243	748.06

202	685.00	223	732.94	244	748.73
203	690.00	224	734.77	245	750.00
204	695.00	225	736.00		
205	700.00	226	736.67		

Бег 1000 м. Девушки

мин. сек	очки	мин. сек	очки	мин. сек	очки
4.45	600.00	4.13	680.00	3.42	727.93
4.44	602.50	4.12	682.50	3.41	729.15
4.43	605.00	4.11	685.00	3.40	730.36
4.42	607.50	4.10	687.50	3.39	731.57
4.41	610.00	4.09	690.00	3.38	732.79
4.40	612.50	4.08	692.50	3.37	734.00
4.39	615.00	4.07	695.00	3.36	735.22
4.38	617.50	4.06	697.50	3.35	736.00
4.37	620.00	4.05	700.00	3.34	736.59
4.36	622.50	4.04	701.21	3.33	737.18
4.35	625.00	4.03	702.43	3.32	737.77
4.34	627.50	4.02	703.64	3.31	738.36
4.33	630.00	4.01	704.86	3.30	738.95
4.32	632.50	4.00	706.07	3.29	739.54
4.31	635.00	3.59	707.29	3.28	740.13
4.30	637.50	3.58	708.50	3.27	740.72
4.29	640.00	3.57	709.72	3.26	741.31
4.28	642.50	3.56	710.93	3.25	741.90
4.27	645.00	3.55	712.14	3.24	742.49
4.26	647.50	3.54	713.36	3.23	743.08
4.25	650.00	3.53	714.57	3.22	743.67
4.24	652.50	3.52	715.79	2.21	744.26
4.23	655.00	3.51	717.00	3.20	744.85
4.22	657.50	3.50	718.22	3.19	745.44
4.21	660.00	3.49	719.43	3.18	746.03
4.20	662.50	3.48	720.64	3.17	746.62
4.19	665.00	3.47	721.86	3.16	747.21
4.18	667.50	3.46	723.07	3.15	747.80
4.17	670.00	3.45	724.29	3.14	748.39
4.16	672.50	3.44	725.50	3.13	748.98
4.15	675.00	3.43	726.72	3.12	750.00
4.14	677.50				

Подтягивание. Юноши

Кол-во	очки	Кол-во	очки
8	600.00	19	720.92
9	614.29	20	726.14
10	628.57	21	731.37
11	642.86	22	736.00
12	657.14	23	737.91
13	671.43	24	739.83
14	685.71	25	741.74
15	700.00	26	743.66
16	705.23	27	745.57
17	710.46	28	747.48
18	715.69	29	750.00

Прыжок в длину с места. Юноши

см	очки	см	очки	см	очки
225	600.00	251	701.46	277	737.07
226	604.00	252	702.93	278	737.61
227	608.00	253	704.39	279	738.14
228	612.00	254	705.86	280	738.68
229	616.00	255	707.32	281	739.22
230	620.00	256	708.78	282	739.75
231	624.00	257	710.25	283	740.29
232	628.00	258	711.71	284	740.82
233	632.00	259	713.18	285	741.36
234	636.00	260	714.64	286	741.89
235	640.00	261	716.11	287	742.43
236	644.00	262	717.57	288	742.97
237	648.00	263	719.03	289	743.50
238	652.00	264	720.50	290	744.04
239	656.00	265	721.96	291	744.57
240	660.00	266	723.43	292	745.11
241	664.00	267	724.89	293	745.65
242	668.00	268	726.35	294	746.18
243	672.00	269	727.82	295	746.72
244	676.00	270	729.28	296	747.25
245	680.00	271	730.75	297	747.79
246	684.00	272	732.21	298	748.33
247	688.00	273	733.67	299	748.86
248	692.00	274	735.14	300	750.00
249	696.00	275	736.00		
250	700.00	276	736.54		

Бег 1000 метров. Юноши

МИН. СЕК	ОЧКИ	МИН. СЕК	ОЧКИ	МИН. СЕК	ОЧКИ
3.50	600.00	3.26	660.00	3.02	714.64
3.49	602.50	3.25	662.50	3.01	716.47
3.48	605.00	3.24	665.00	3.00	718.30
3.47	607.50	3.23	667.50	2.59	720.13
3.46	610.00	3.22	670.00	2.58	721.96
3.45	612.50	3.21	672.50	2.57	723.79
3.44	615.00	3.20	675.00	2.56	725.62
3.43	617.50	3.19	677.50	2.55	727.45
3.42	620.00	3.18	680.00	2.54	729.28
3.41	622.50	3.17	682.50	2.53	731.11
3.40	625.00	3.16	685.00	2.52	732.94
3.39	627.50	3.15	687.50	2.51	734.77
3.38	630.00	3.14	690.00	2.50	736.00
3.37	632.50	3.13	692.50	2.49	737.34
3.36	635.00	3.12	695.00	2.48	738.68
3.35	637.50	3.11	697.50	2.47	740.02
3.34	640.00	3.10	700.00	2.46	741.36
3.33	642.50	3.09	701.83	2.45	742.70
3.32	645.00	3.08	703.66	2.44	744.04
3.31	647.50	3.07	705.49	2.43	745.38
3.30	650.00	3.06	707.32	2.42	746.72
3.29	652.50	3.05	709.15	2.41	748.06
3.28	655.00	3.04	710.98	2.40	750.00
3.27	657.50	3.03	712.81		

Соревнования по базовым видам спорта «Преодоление полосы профессиональных испытаний»

Описание “Полосы препятствий”. ЮНОШИ

Полоса препятствий включает 12 “станций”, расположенных на стадионе. Участники выполняют упражнения и нормативы из программы “общего курса” вузов физической культуры.

Участник, стартовав с линии “старт” из исходного положения упор лежа, должен преодолеть все станции за наименьшее время.

Станция – 1 – опорный прыжок (ноги врозь) через коня в длину. Высота снаряда = 120 см. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие приземления «на две ноги», касание коня тазом – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 2 – бросок баскетбольного мяча в “корзину” с линии штрафного броска. При неудачной первой попытке (промах или заступ) – ведение второго мяча и бросок в кольцо с любого расстояния. При неправильном выполнении второй попытки: пробежка или двойное ведение мяча – штраф 15 секунд.

Станция – 3 – прыжок в высоту с разбега (любым легкоатлетическим способом). Высота планки = 140 см. При неправильном выполнении упражнения: отталкивание с двух ног, сбитая планка – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 4 – упражнение на брусьях: “наскок в упор на руках-махом вперед, упор согнувшись – подъем разгибом, сед ноги врозь – перехват за концы жердей – перемах внутрь и мах вперед – махом назад, соскок. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие приземления «на две ноги», невыполнение любого элемента из программы – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 5 – пять кувырков вперед. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие группировки, опора на руки при завершении кувырка – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 6 – бег по низкому бревну, длина – 6 метров. При неправильном выполнении упражнения: падение с бревна – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 7 – толкание ядра. Норматив (бкг) = 6 м. При неправильном выполнении упражнения: бросок ядра, заступ, неправильный выход из круга – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 8 – прыжок в длину с разбега (любым легкоатлетическим способом). Норматив = 4,5 м. При неправильном выполнении упражнения: заступ, отсутствие отталкивания «одной ногой», отсутствие приземления «на

две ноги» – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 9 – стрельба из положения стоя по мишени диаметром = 5 см, с расстояния = 7 метров до первого поражения мишени (три попытки). При непопадании – штраф 30 секунд.

Станция – 10 – “полет-кувырок” с гимнастического мостика, через планку с приземлением на маты (поролон). Высота планки = 150 см. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие первого касания при приземлении не руками, сбита планка, отсутствие группировки, отсутствие отталкивания с двух ног – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Описание «Полосы препятствий». ДЕВУШКИ

Полоса препятствий включает 10 “станций”, расположенных на стадионе. Участницы выполняют упражнения и нормативы из программы “общего курса” вузов физической культуры.

Участница, стартовав с линии “старт” из исходного положения упор лежа, должна преодолеть все станции за наименьшее время.

Станция – 1 – опорный прыжок (согнув ноги) через коня в ширину. Высота снаряда = 120 см. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие приземления «на две ноги», отсутствие опоры на две руки – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 2 – бросок баскетбольного мяча в “корзину” с линии штрафного броска. При неудачной попытке – ведение второго мяча и бросок в кольцо с любого расстояния. При неправильном выполнении второй попытки: пробежка или двойное ведение мяча – штраф 15 секунд.

Станция – 3 – прыжок в высоту с разбега (любым легкоатлетическим способом). Норматив = 120 см. При неправильном выполнении упражнения: отталкивание с двух ног, сбита планка – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 4 – из упора стоя у н/ж три “подъема переворотом в упор” (любым способом). Высота жерди = 120 см. При невыполнении упражнения – штраф 15 секунд.

Станция – 5 – пять кувырков вперед. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие группировки, опора на руки при завершении кувырка – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 6 – бег по низкому бревну длина = 6 м. При неправильном выполнении упражнения: падение с бревна – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция - 7 – толкание ядра. Норматив (4кг) = 6м. При неправильном выполнении упражнения: бросок ядра, заступ, неправильный выход из круга

– повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция – 8 – прыжок в длину с разбега (любым легкоатлетическим способом). Норматив = 3,5м. При неправильном выполнении упражнения: заступ, отсутствие отталкивания «одной ногой», отсутствие приземления «на две ноги» – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Станция - 9 – стрельба из положения лежа по мишени диаметром = 5 см с расстояния = 7 метров до первого поражения мишени (три попытки). При непопадании – штраф 30 секунд.

Станция – 10 – “полет-кувырок” с гимнастического мостика, через планку с приземлением на горку матов (поролон). Высота планки =130 см. При неправильном выполнении упражнения: отсутствие первого касания при приземлении не руками, сбита планка, отсутствие группировки, отсутствие отталкивания с двух ног – повторное выполнение. При повторном неправильном выполнении – штраф 15 секунд.

Заявка
для участия в конкурсе знатоков спорта «Олимпийское наследие»

ФИО членов команды	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.
Организация, полное название:	
Контактный телефон с кодом города*:	
Мобильный телефон*:	
Адрес электронной почты (E-mail)*:	

**- контактные данные подаются на капитана команды либо на иное лицо, ответственное за подготовку команды*

Заявка на участие в конкурсе «Научное творчество»

ФИО участник:	
Курс/год обучения:	
Название доклада:	
Образовательная организация (полное название):	
ФИО научного руководителя:	
Ученая степень научного руководителя:	
Ученое звание научного руководителя:	
Контактный телефон с кодом города:	
Мобильный телефон:	
Адрес электронной почты (E-mail):	

Список участников

команды _____
 XX Всероссийского фестиваля студентов вузов физической культуры
 в г. Смоленск с 24 по 28 мая 2017 года

№	Фамилия	Имя	Отчество	Группа	Примечание
<i>Физическая подготовка и полоса профессиональных испытаний</i>					
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
<i>«Научное творчество молодежи» среди студентов</i>					
7.					
<i>Черлидинг</i>					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
<i>Руководитель и представители:</i>					
16.					звания, должность
17.					звания, должность
18.					звания, должность

Подпись тренера команды

/ _____ / _____ ФИО

Подпись руководителя спортивной делегации

/ _____ / _____ ФИО

Подпись руководителя образовательной организации

/ _____ / _____ ФИО

М.П. (печать)