


УТВЕРЖДАЮ:

Ректор НГУ им. П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург
Профессор  С.Е. Бакулев



СОГЛАСОВАНО:

Проректор по спортивной работе
 Л.И.Егорова

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении осеннего Фестиваля спорта, здоровья и ГТО,
посвященного завершению расширенной 13-й Лесгафтовской
университетской недели

Санкт-Петербург

2017

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ФЕСТИВАЛЯ

- 1.1. Популяризация летних видов спорта среди студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского состава Университета.
- 1.2. Пропаганда здорового образа жизни среди студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского состава университета.
- 1.3. Воспитание патриотизма среди молодого поколения представителей Лесгафтовского университетского сообщества, формирование у них активной жизненной позиции и стремления к спортивным победам.
- 1.4. Сохранение и преумножение спортивно-патриотических традиций Университета.
- 1.5. Развитие и укрепление межличностных контактов между студентами разных факультетов, формирование у студентов навыков организации и проведения спортивно-массовых мероприятий.
- 1.6. Сдача студентами старших курсов университета норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
- 1.7. Закрытие 13-й Лесгафтовской университетской недели с посвящением студентов первокурсников.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Место проведения: Учебно-тренировочный центр «Кавголово» (Ленинградская обл., Всеволожский р-н, п.Токсово, ул. Лесгафта, д. 35).

Дата проведения: 11.10.2017 (среда).

Время проведения: 10.00-16.30.

Прием заявок: до 04.10.2017.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ

Общее руководство и организацию фестиваля осуществляет проректор по спортивной работе Егорова Л.И., центр тестирования ВФСК ГТО «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, СПб» (директор Петров А.Б.), Спортивный клуб НГУ им .П.Ф.Лесгафта (нач. Чуркина А.С.).

Положения по каждому виду соревнований и условия подведения итогов разрабатывают кафедры, которые организуют турниры и мастер-классы на основании Приказа. Художественно-зрелищную программу разрабатывает профком студентов университета (Бакулев М.С.).

4. УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ

К участию в соревнованиях допускаются студенты НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, очной формы обучения, не имеющие медицинских противопоказаний.

Заявки команд и участников (с указанием запасных), должны быть заверены подписью руководителя факультета, с отметкой медицинской части НГУ им. П.Ф. Лесгафта о допуске. Руководители факультетов несут персональную ответственность за правильно оформленные заявки, которые необходимо сдать до 04.10.2017. Запасные

участники турниров, не вошедшие в заявку, должны иметь при себе справку с допуском к соревнованиям от врача.

Заявки на участие в тестировании норм комплекса ГТО (коллективные и индивидуальные) предоставляются в Центр тестирования ГТО (ответственный – директор Петров А.Б.).

Заявки на участие в других спортивных мероприятиях, предусмотренных в программе фестиваля, принимаются на кафедрах, проводящих турниры.

Заявки на участие в мероприятиях для профессорско-преподавательского состава и сотрудников предоставляются в произвольной форме.

Формы заявок - Приложение 1.

Для участия в мастер-классах подача заявок не требуется. Посетить экскурсию в лыжно-биатлонный тоннель могут все желающие, без предварительной регистрации, согласно расписанию программы фестиваля.

4.1. Турнир по мини-футболу.

К участию в соревнованиях допускаются студенты, магистранты, аспиранты дневного отделения и преподаватели Университета, обучающиеся или преподающие на данном факультете или кафедре. В заявке команд факультетов университета (ЛЮВС (2 команды), ЗОВС, Е и НВС, ЗИР, ИЭСТ, АФК, ФИОСТ) - 8 человек. Составы команд могут быть смешанными (юноши и девушки). Допускается и участие не более 3-х футболистов, из числа студентов дневного отделения, играющих в городских и региональных командах, СДЮСШОР, УОР по футболу. Заявки подаются на кафедру теории и методики футбола (ответственный - Нифонтов М.Ю.).

4.2. Турнир по стритболу.

К участию в соревнованиях допускаются студенты, магистранты, аспиранты дневного отделения юноши и девушки. В заявке команд факультетов по 5 юношей и 5 девушек, 40 % первокурсники. Заявки подаются на кафедру теории и методики спортивных игр (ответственный - Лубкин Ю.В.).

4.3. Турнир по шашкам.

В соревнованиях участвуют студенты дневного отделения, магистранты, аспиранты, преподаватели и сотрудники университета, обучающиеся или преподающие на данном факультете или кафедре. В командах от факультетов по 3 человека, 2 юноши и 1 девушка. Заявки подаются на кафедру теории и методики неолимпийских видов спорта (ответственный - Макаров В.И.).

4.4. Легкоатлетический кросс (М - 2 км, Ж- 1 км).

Обязательное участие студентов 1 курса в рамках дисциплины Т и МОБВС, не занятых в других мероприятиях фестиваля, остальные принимают участие по желанию.

Будут проведены сильнейшие забеги у мужчин и женщин. Заявки подаются на кафедру теории и методики легкой атлетики (ответственный - Зайко Д.С.).

4.5. Сдача норм ВФСК ГТО - 6 ступень.

К сдаче норм ВФСК ГТО допускаются студенты 3-2 курсов при наличии:

1. Заявки от факультета (кафедры) соответствующей формы (прилагается);
2. Индивидуальная заявка и согласие на обработку индивидуальных данных (подается вместе с заявкой, форма для заполнения прилагается, заполняет каждый участник);
3. Паспорт (предъявляется непосредственно на тестировании).

Если студент по какой-то причине не попал в коллективную заявку, он предоставляет медицинскую справку о допуске к сдаче норм комплекса ГТО (прилагается к индивидуальной заявке).

ВАЖНО! При отсутствии какого-либо документа участник к испытаниям не допускается.

4.6. Командная игра - спортивное ориентирование «Квест».

В соревнованиях от факультетов участвуют студенты 1 курса дневного отделения университета. В команде по 4 человека. Заявки подаются на кафедру теории и методики неолимпийских видов спорта (ответственный - Казанцев С.А.).

5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

9.45 – Построение участников фестиваля по факультетам, с табличками.

10:00 – Торжественное открытие фестиваля:

- 1) Представление студенческого спорта в ВУЗе (спортивные показательные номера);
- 2) Приветствие Олимпийского чемпиона, зав. каф. теории и методики биатлона Ю.Ф. Кашкарова;
- 3) Вручение свидетельств именным стипендиатам – старшекурсникам;
- 4) Вручение кубка «Лучший факультет»;
- 5) Награждение победителей суперфинала командообразующего мероприятия «Знай наших!».

10:30 – Начало спортивных турниров для команд факультетов и индивидуальных спортивных состязаний:

- 1) Легкоатлетический кросс (лесополоса, мужчины 2 км, женщины 1 км);
- 2) Турнир по мини-футболу для сборных команд факультетов (открытая площадка для мини-футбола, одновременно на 2-х полях);
- 3) Турнир по стритболу для сборных команд факультетов (открытая площадка для баскетбола);
- 4) Турнир по шашкам.

10:40 - Тестирования ВФСК ГТО ступень (открытая площадка рядом с футбольными полями, и площадка для ОФП). Сдача норм ГТО 6 ступень:

- Метание спортивного снаряда,
- Мужчины - подтягивание из вися на высокой перекладине,
- Женщины - сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу,
- Мужчины и женщины прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см),
- Мужчины и женщины: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастические скамейки.

11:00 - Экскурсия в лыжно-биатлонный тоннель.

11:30–1) Командная игра - спортивное ориентирование (квест) по территории УТЦ «Кавголово»,

2) Мастер-класс по гиревому спорту.

13.30 – 1) Награждение победителей соревнований команд факультетов (турнира по стритболу, командной игры - ориентирования (квеста), турнира по шашкам, победителей сильнейших забегов в л/а кроссе).

2) Начало тестирования ВФСК ГТО 6 ступень - кросс (Ж - 3 км, М - 5 км).

15.00 - Награждение победителей соревнований команд факультетов по мини-футболу.

Вручение переходного кубка.

16.30 – Окончание тестирования ГТО. Подведение итогов мероприятий.

6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ И ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

6.1. Турнир по мини-футболу (для команд факультетов).

Соревнования проводятся на воздухе на 2-х мини-футбольных полях учебно-тренировочного центра «Кавголово» НГУ им.П.Ф. Лесгафта. Участвуют команды факультетов, 8 команд будут разбиты на 2 подгруппы по 4 команды в каждой. Игры в подгруппах проводятся по круговой системе. Места команд определяются по количеству набранных очков (за победу в матче – 3 очка, за ничью – 1). Команды, занявшие в подгруппах 1-2 места, проведут стыковые матчи за 1-2-е и 3 – 4 места в соревнованиях. В случае равенства очков у двух или более команд места распределяются по следующим показателям: 1. Личная встреча; 2. Количество побед; 3. Количество забитых мячей; 4) Разница забитых и пропущенных мячей.

Одновременно на поле могут находиться 5 игроков (1 вратарь и 4 полевых игрока). Продолжительность каждой игры 25 минут, без перерыва. Замены по правилам хоккея: один игрок уходит – другой выходит на поле. Вратарь должен вводить мяч в поле только рукой. Пенальти пробивается с расстояния 7 метров. Размер ворот: 3 x 2 м.

В случае спорных моментов можно подать апелляционную жалобу, которую надо оформить в течение 30 минут после окончания игры. Жалоба подается на имя главного судьи турнира по мини-футболу. Время рассмотрения жалобы не более 30 минут.

6.2. Турнир по стритболу (для команд факультетов).

Соревнования проводятся на воздухе, открытая площадка для баскетбола УТЦ «Кавголово» (при благоприятных погодных условиях). Участвуют команды факультетов. Турнир проводится среди женских и мужских команд (8 – Ж, 8 – М). Факультет ЛОВС представляет 4 команды. Игра на поле ведется на оба щита, одновременно соревнуются 4 команды (2 мужские, и 2 женские). Общее время игры оставляет 20 минут (10 минут разминка и 10 минут игра). Турнир проводится по олимпийской системе (на выбывание). Победители определяются в 2 номинациях – женщины и мужчины.

6.3. Турнир по шашкам.

Соревнования проводятся с лично-командным зачетом, по круговой системе. Участники соревнуются в категории студенты с личным зачетом (юноши, девушки), и командным зачетом по факультетам. Отдельно личный зачет среди преподавателей и сотрудников университета.

Победители определяются по очкам (за победу присуждается 2 очка, ничья – 1 очко, проигрыш - 0). В случае равенства очков учитываются следующие критерии:

- 1) Очки, набранные командой
- 2) Очки на первой доске
- 3) Очки на женской доске.

При дележе очков, судейская комиссия определится на месте.

6.4. Легкоатлетический кросс (М - 2 км, Ж- 1 км).

Соревнования проводятся в лесном массиве с естественным рельефом по подготовленной трассе. Забеги формируются по факультетам. Старт осуществляется на две команды: «На старт!» и «Марш!», финиш определяется после прохождения всей дистанции и пересечения испытуемым финишного створа, в соответствии с правилами по легкой атлетике.

6.5. Сдача норм ВФСК ГТО 6 ступень.

Метание спортивного снаряда

Для испытания (теста) используются спортивные снаряды весом 500 г и 700 г.

Метание мяча и спортивного снаряда проводится на ровной площадке в коридор шириной 15 м. Метание выполняется с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо». Участник выполняет три попытки. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления мяча, спортивного снаряда.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- заступ за линию метания;
- снаряд не попал в «коридор»;
- попытка выполнена без команды спортивного судьи.

Подтягивание (кол-во раз) из вися на высокой перекладине (мужчины).

Выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, стопы вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав ИП на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- подтягивание рывками или с махами ног (туловища);

- подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- отсутствие фиксации на 0,5 с в ИП;
- поочередное сгибание рук.

Сгибание разгибание рук (кол-во раз) в упоре лежа на полу (женщины).

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, выполняется из ИП: упор, лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Участник, сгибая руки, касается грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- касание пола коленями, бедрами, тазом;
- нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
- отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
- поочередное разгибание рук;
- отсутствие касания грудью пола (платформы);
- разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов

Прыжок в длину (см) с места толчком двумя ногами (мужчины и женщины).

Выполняется в соответствующем секторе для прыжков.

Участник принимает ИП: ноги на ширине плеч, стопы параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ноги до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- отталкивание ногами поочередно.

Наклон (см) вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (мужчины и женщины).

Участник выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление ног в коленях.

Выполняется из ИП - стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, стопы ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.

При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и удерживает касание в течение 2 с.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье участник по команде выполняет два предварительных наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения. При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+».

Ошибки (испытание (тест) не засчитывается):

- сгибание ног в коленях;
- удержание результата пальцами одной руки;
- отсутствие удержания результата в течение 2 с.

Результаты тестирования в рамках сдачи ВФСК ГТО будут оценены по нормам 6 ступени в соответствии с возрастом.

В рамках фестиваля, результаты будут ранжироваться по наилучшим показателям, и засчитываться факультетам в общем зачете.

6.7. Командная игра ориентирование (квест).

Ориентирование проводится по территории УТЦ «Кавголово», недалеко от главного здания. Суть игры - фотоориентирование. Команды факультетов стартуют (внизу у выхода с главного здания) по очереди, с интервалом в 3 минуты. По выданной карте участникам команд необходимо найти отмеченные на карте объекты, после чего в данной точке по фото определить правильность найденного объекта. Далее в карточке команды записать номер выбранной фотографии. Победитель определяется по минимально затраченному времени и количеству правильных объектов (номеров фото).

6.8. Мастер-класс по гиревому спорту.

Проводится на воздухе на поле для волейбола УТЦ «Каголово». Все желающие поучаствовать в мастер-классе собираются у стойки регистрации гостиничного комплекса УТЦ «Кавголово» в 11:30. В ходе мероприятия участники ознакомятся с правилами разминки для занятий гиревым спортом, правилами выполнения упражнений и методикой обучения при работе с гирей.

7. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

В турнире по мини-футболу команда, занявшая 1-е место, награждается переходящим Кубком и грамотой. Команды, занявшие 2-3 места, награждаются грамотами. Лучшие игроки турнира, определяемые оргкомитетом, награждаются грамотами.

Команды победителей в турнире по стритболу награждаются в двух номинациях (М, Ж) почетными грамотами за 1, 2 и 3 места, игроки команд - медалями соответствующего достоинства.

Победители в личных зачетах в турнире по шашкам награждаются грамотами за 1, 2 и 3 места (в категории «студенты» (юноши, девушки), в категории «преподаватели» (мужчины и женщины отдельно). В командном зачете, среди факультетов университета, команды-победители получают почетные грамоты (1, 2 и 3 места).

Команды факультетов-победителей в командной игре - ориентирование (квест) награждаются почетными грамотами (1, 2 и 3 места).

Победители легкоатлетического кросса в сильнейших забегах у мужчин и женщин награждаются (первые три места) почетными грамотами и медалями.

8. МЕДИЦИНСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Организация обеспечения медицинской помощью участников фестиваля возлагается на Институт здоровья и реабилитологии НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург (ответственный - Калинин А.В).

Форма заявок

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

« ____ » _____ 2017 г.

Заявка

на участие команды студентов факультета _____

в турнире по _____ (название турнира) среди команд факультетов «НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», в рамках осеннего фестиваля спорта, здоровья и ГТО, 11.10.17.

№ п/п	ФИО	Курс	Подпись врача

Всего допущено _____ чел.

Врач _____