

СОГЛАСОВАНО  
Проректор по ВиСР  
В.В. Кузнецов

« 01 » февраля 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Председатель профкома  
Н.П. Калашникова

« 01 » марта 2019 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
о проведении VI спортивного конкурса  
«К вершинам Олимпийских игр»

**ОРГАНИЗАТОРЫ:** профком сотрудников (спортивно-оздоровительная комиссия), спортивный клуб ЗабГУ.

**I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

- привлечение сотрудников и преподавателей университета к систематическим занятиям физической культурой;
- формирование корпоративной культуры членов профсоюзной организации сотрудников;
- создание новых традиций в университете;
- организация досуга преподавателей и сотрудников университета;
- пропаганда здорового образа жизни.

**II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

Сроки проведения – **16 марта** 2019 года в **14.00 час.**

Место проведения – физкультурно-оздоровительный комплекс ЗабГУ (ул. Баргузинская, 43 А).

**III. УЧАСТНИКИ**

Для участия в конкурсе приглашаются сборные команды факультетов и структурных подразделений (структурные подразделения могут объединяться) в количестве 6 человек (не менее одной женщины). Участвуют члены профсоюзной организации сотрудников ЗабГУ.

**IV. ПРОГРАММА СПАРТАКИАДЫ**

**14.00** – Открытие спортивного конкурса (парад, приветствие, поздравление, представление визиток команд)

- ◆ фитнес-зарядка
- ◆ веселые старты
- ◆ подведение итогов, награждение

**IV. СОДЕРЖАНИЕ КОНКУРСНЫХ ИСПЫТАНИЙ**

**Домашнее задание. Конкурс представлений команд (10 баллов).**

Команда преподавателей и сотрудников факультета (структурного подразделения) представляет свою команду (название, девиз, речевка). Продолжительность выступления – не более 2-х минут.

Критерии оценивания:

- единая форма (атрибут);
- соответствие спортивной тематике;
- оригинальность.

Место в конкурсе определяется по наибольшей сумме набранных баллов.

**V. ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ**

**1. «ОЛИМПИЙСКИЙ ОГОНЬ»** - на линии старта первому участнику выдается фитнес-резинка и «олимпийский огонь». Фитнес-резинку необходимо надеть на обе ноги в

районе голеностоп, как можно ниже и в руки взять «олимпийский огонь» По свистку участник двигается к стойке на противоположной стороне перемещаясь маленькими шажками, учитывая препятствие на ногах в виде фитнес-резинки, держа в руках «олимпийский огонь». На противоположной стороне поля, участник снимает фитнес-резинку и бегом с «олимпийским огнем» возвращается на линию старта и передает эстафету в виде фитнес-резинку и «олимпийского огня» второму участнику. Второй участник надевает фитнес-резинку, берет «олимпийский огонь» и продолжает командную эстафету. Последний участник (шестой) на противоположной стороне зажигает «ОЛИМПИЙСКИЙ ОГОНЬ», оставляет там факел и фитнес-резинку и возвращается быстрее на линию старта, финиширует. Учитывается время и качество выполнения задания.

**2. «ДРУЖБА НАРОДОВ»** - команды выстроены боком в одну линию по ходу движения эстафеты. Участникам необходимо широко расставить ноги и упереться ступнями. У первого члена команды одна нога находится на линии старта. Маленький мячик-попрыгунчик находится в противоположной стороне от линии старта. По свистку мячик-попрыгунчик передается от «головой» команды к линии старта. Участник, находящийся ближе к линии старта берет переданный ему из «головой» команды мячик-попрыгунчик в руки и бежит к «голове» команды. И так продолжается, пока вся команда не перейдет отметку на финише. Обратная команда возвращается бегом. Учитывается скорость прохождения эстафеты и качество выполнения задания.

**3. «СО СКОРОСТЬЮ УСЭЙНА БОЛТА»** - у первого участника на линии старта в руках теннисный мячик и теннисная ракетка. Задача участника, положить мячик на теннисную ракетку и обегая по ходу движения конусы – зигзагом, добежать до противоположной стороны, обегать конус. Обратная команда движется бегом, без задания возвращается к старту и передает инвентарь второму участнику. Руками помогать нельзя, только при падении теннисного мячика на пол. Учитывается скорость и правильность прохождения эстафеты.

**4. «ПРОВЕРКА НА ДОПИНГ»** - участнику на линии старта дают два листа бумаги. Необходимо дойти до определенной отметки, переключая листы бумаги по ходу движения, наступая на них каждый раз, когда меняется их местоположение. После того, как участник достиг отметки, он берет в руки листы и бежит по ходу движения, обегая конус на противоположной стороне и возвращается как можно быстрее к линии старта, где передает эстафету (2 листа бумаги) другому участнику. Учитывается скорость и правильность прохождения эстафеты.

**5. «БАСКЕТБОЛЬНЫЙ БИАТЛОН»** - участнику на линии старта выдают баскетбольный мяч. Все члены команды, по очереди, без учета времени должны попасть мячом в обруч находящийся на определенном расстоянии. Учитывается количество попаданий. Максимальное – 6, по числу участников.

**6. «ПАРАОЛИМПИАДА»** - все члены команды разбиваются на пары. Первая пара на старте надевает фитнес-резинку на одну из своих ног и соединяется ею с ногой своего напарника, образуя вместо четырех – три ноги. Руками напарники держаться друг за друга (за плечи, за пояс...). По свистку они начинают движение вперед, обегая конус на противоположной стороне пробегают всю дистанцию на трех ногах, и возвращаясь на линию старта передают эстафету следующей паре. И так далее. Учитывается скорость и правильность прохождения эстафеты.

**5. «ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ»** - все члены команды встают в одну колонну, друг за другом от линии старта, лицом в противоположную сторону (от линии старта) на расстоянии вытянутых рук вперед, упираясь ладонями в спину впереди стоящего. Задача команды перемещаться вперед с помощью передачи гранаты между ног. Граната в начале эстафеты находится в «голове» команды. По свистку граната передается от «головой» команды к линии старта. Участник, находящийся ближе к линии старта берет переданную ему из «головой» команды гранату в руки и бежит к «голове» команды. И так продолжается, пока вся команда не перейдет отметку на финише. Гранату «бросаем» на противоположной

стороне на коврике (в ров, овраг...). Обратно команда возвращается бегом. Учитывается скорость прохождения эстафеты и качество выполнения задания.

**6. «К ВЕРШИНАМ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР! (закрытие Олимпиады)»** - команда выстраивается друг за другом на линии старта. На противоположной стороне находится ватман, 5 листов цветной бумаги (по цвету олимпийских колец), ножницы, клей. Задача команды распределить обязанности внутри команды так, чтобы все члены команды (6 человек) приняли участие в создании плаката «Олимпийские кольца». Первые пять человек вырезают кольца, а последний их приклеивает на ватман. Учитывается скорость, слаженность команды и эстетичность выполнения работы.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** за нарушение правил прохождения эстафет, в качестве штрафа добавляется время – 5 секунд к общему времени.

#### **VI. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ:**

Победители спортивного конкурса определяются в общем зачете в соответствии с занятыми местами в результате выполнения практического задания. Команды-победители и призеры награждаются грамотами соответствующих степеней, призами и сертификатами за участие.

#### **VII. ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КОНКУРСА:**

Расходы, связанные с организацией, проведением спортивного конкурса возлагаются на профком сотрудников ЗабГУ.

### **ПРИЛОЖЕНИЕ**

#### **ЗАЯВКА на участие в VI спортивном конкурсе «К вершинам Олимпийских игр»**

Факультет, структурное подразделение \_\_\_\_\_  
Название команды \_\_\_\_\_

| № п/п | Ф.И.О. | должность сотрудника | членство в первичной профсоюзной организации |
|-------|--------|----------------------|--|
| 1.    |        |                      |  |
| 2.    |        |                      |  |
| 3.    |        |                      |  |
| 4.    |        |                      |  |
| 5.    |        |                      |  |
| 6.    |        |                      |  |
| 7.    |        |                      |  |
| 8.    |        |                      |  |

Капитан команды \_\_\_\_\_

Контактный телефон \_\_\_\_\_

Дата