****

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении конкурса «А ну-ка, девушки!», посвященного Международному женскому дню, среди студентов ГПОУ ЯО «Ярославский колледж индустрии питания» в рамках предметной недели физической культуры**

|  |  |
| --- | --- |
| **СОГЛАСОВАНО**  Председатель методической комиссии  по направлению  «Общеобразовательная подготовка»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Н. Шишленок  **Разработчик(и):**    Низамаева Елена Борисовна – руководитель физического воспитания  Иванов Сергей Михайлович - преподаватель физической культуры  **СОДЕРЖАНИЕ** | |
| 1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ………………………………………………..** | **4** | |
| 1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КОНКУРСА……………………………………..** | **4** | |
| 1. **ОРГАНИЗАЦИЯ КОНКУРСА………………………………………** | **4** | |
| 1. **ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА….……………………….** | **5** | |
| 1. **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ КОНКУРСА………………...** 2. **ПРИЛОЖЕНИЯ ………………………………………………………** | **6**  **7** | |
|  |  | |

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

 Положение о проведении конкурса «А ну-ка, девушки!» определяет порядок и условия проведения конкурса «А ну-ка, девушки!» (далее - Конкурс), посвящённого Международному женскому дню, среди студентов ГПОУ ЯО Ярославского колледжа индустрии питания. (далее - колледж)

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КОНКУРСА**

**Цель Конкурса -** создание условий для развития всесторонне развитых членов общества.

**Задачи:**

* популяризация спортивно-массовой работы в колледже,
* развитие физических качеств,
* формирование потребности в здоровом образе жизни,
* развитие умений студентов активно проявлять свои способности,
* воспитание у учащихся общечеловеческих и нравственных ценностей в соревнованиях.

1. **ОРГАНИЗАЦИЯ КОНКУРСА**
   1. Организатором Конкурса является колледж.
   2. Разработчик Конкурса - руководитель физического воспитания Е.Б. Низамаева.
   3. К участию в Конкурсе приглашаются студенты колледжа.
   4. Конкурс «А ну-ка, девушки!» будет проходить 17 марта 2022 года по адресу: г. Ярославль, ул. Советская, д.77, спортивный зал, ответственный преподаватель - Е.Б. Низамаева.

3.5 Заявки принимаются организаторами до 15 марта 2022 года.

* 1. Команды формируют классные руководители.
  2. Жюри действует в составе Председателя и членов жюри.

Председатель жюри – Латыпов Рудольф Федорович, майор ВДВ, ветеран боевых действий в Афганистане.

Члены жюри конкурса:

- Леонидов А.А., заместитель директора по ОВ и безопасности;

- Дмитриева А.А., педагог – психолог;

- Миколаенко Ж.В., заместитель директора по ВР;

- Овакмян А.В., социальный педагог.

1. **ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА**
   1. Информация о проведении Конкурса размещается на сайте колледжа.
   2. В Конкурсе принимают участие студенты колледжа.
   3. Участники должны иметь основную медицинскую группу здоровья.
   4. Каждый участник должен пройти инструктаж по технике безопасности.
   5. Команды участвуют в конкурсах согласно расписанию, составленному организаторами мероприятия.
   6. Команда группы формируется классным руководителем данной группы. Состав команды - 5 человек (девушки).
   7. Все участники должны быть в спортивной форме и сменной обуви.
   8. Команда, не участвующая в каком-либо этапе Конкурса, занимает на данном этапе Конкурса последнее место.
   9. Этапы Конкурса.

***Силовая дорожка***. Проводится в спортивном зале. Команда из пяти человек приходит в спортивный зал. Участники расписываются за пройденный инструктаж по ТБ и приступают к выполнению упражнений:

а) отжимания с колен (1 очко),

б) подъем туловища из положения «лежа на спине» (1 очко),

в) выпрыгивания с хлопком из положения «сидя» (2 очка).

Упражнения выполняются без остановки. Результат суммируется и заносится в протокол. Команды приходят в спортивный зал по расписанию, составленному организаторами мероприятия.

***Дартс***. Каждая из пяти участниц производит 5 бросков в мишень с расстояния 4 метра. Результат суммируется и заносится в протокол.

***Прыжки на скакалке*** на количество раз. Три участника от каждой команды по очереди прыгают через скакалку на количество раз. Каждому из участников дается одна минута. Сумма результатов заносится в протокол.

***Теоретическая подготовка.*** Тестирование на тему: «Медицинская подготовка». Проводится в учебном кабинете. Участвуют 5 человек от группы. Количество правильных ответов всех участников суммируется и заносится в протокол. Команды приходят в кабинет по расписанию, составленному организаторами мероприятия.

1. **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ КОНКУРСА**
   1. Подведение итогов. Жюри суммирует места, занятые каждой командой во время прохождения конкурсов. Победитель определяется по наименьшей сумме баллов, набранной командой, при равном количестве баллов - по количеству первых мест.
   2. Победители награждаются грамотами.  По итогам конкурсов жюри определяет I, II и III место, первые места в каждом конкурсе.
   3. Сообщение о результатах Конкурса публикуется на сайте колледжа.

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

Приложение 1.

**Протокол конкурса «А ну-ка, девушки!»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | № группы | Силовая дорожка | Дартс | Прыжки на скакалке | Теоретическая подготовка | Баллы/место | **Итоговое место** |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* | *9* | ***10*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Председатель жюри: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_       \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Члены жюри конкурса: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_       \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

                                         \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_       \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_