

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»
Факультет физической культуры
Центр профильного образования «Открытый университет»

ПОЛОЖЕНИЕ
об организации и проведении региональной педагогической Олимпиады по
физической культуре «Будущее ФФК», посвященной 75-летию Юбилею
Факультета Физической Культуры для обучающихся школ г.Перми и Пермского
края

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение определяет статус, цели и задачи олимпиады «Будущее ФФК» (далее Олимпиада), порядок ее проведения и финансирования.

1.2. Олимпиада имеет статус региональной, проводится в соответствии с планом работы факультета физической культуры и входит общий план мероприятий ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогического университет» (ПГГПУ).

1.3. Основные цели Олимпиады:

- поддержка и развитие самоактуализационных устремлений обучающихся, которые проявляются как интерес к познанию самого себя и своего внутреннего мира, самостоятельное ответственное определение своего жизненного пути, раскрытие своего личностного потенциала;
- повышение компетентности в сфере физической культуры у обучающихся;
- формирование профессионализирующего детско-юношеского сообщества обучающихся, увлеченных физической культурой и спортом;
- расширение путей взаимодействия средней и высшей школы.

1.4. Предметное содержание Олимпиады:

Общая и специальная физическая подготовленность будущих учителей физической культуры и тренеров по различным видам спорта.

II. ПРОГРАММА ОЛИМПИАДЫ

2.1. Олимпиада проводится в очном формате преподавателями факультета физической культуры ФГБОУ ВО «ПГГПУ».

2.2. Олимпиада состоит из 5 испытаний:

- Общая физическая подготовленность – **Бег 60 м.**
- Общая физическая подготовленность – **Бег 1000 м.**
- Общая физическая подготовленность – **Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (девушки) / Подтягивание на высокой перекладине (юноши).**
- Специальная физическая подготовленность – **Акробатика** (комбинация на гимнастических матах из 6 элементов школьной программы).
- Специальная физическая подготовленность – **Плавание 100м.**

Требования к выполнению физических упражнений представлены в приложении 1.

III. СРОКИ И МЕСТА ПРОВЕДЕНИЯ ОЛИМПИАДЫ

26 октября 2024 г. ОЛИМПИАДА по физической культуре – «Будущее ФФК»	8:45 – сбор участников, главный вход. (Наличие сменной обуви для участников и сопровождающих обязательно!) 9-00 10:00 - Соревнования по легкой атлетике (60 м, 1000 м)	манеж "Спартак", ул. Рабочая, 9
	11:30 - 12:30 Соревнования по акробатике и отжиманиям/подтягиваниям	Спортивный зал №2, корпус №2 ПГГПУ, ул. Пушкина 44
	13:30 - 14:30 Соревнования по плаванию (100 м)	бассейн "Политехник", ул. Профессора Дедюкина, 19

При необходимости будет организована доставка участников от манежа "Спартак" до ПГГПУ и от ПГГПУ до бассейна "Политехник".

До **22.10.2024 г.** необходимо пройти [регистрацию](#) на участие в Олимпиаде.

IV. ОРГАНИЗАТОРЫ ОЛИМПИАДЫ

4.1. Организатором Олимпиады является ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», факультет физической культуры, Центр профильного образования «Открытый университет».

4.2. Организацию и проведение Олимпиады осуществляет организационный комитет.

4.3. Структура и функции организационного комитета:

- разрабатывает и утверждает план мероприятий по подготовке и проведению Олимпиады;
- осуществляет информационное обеспечение Олимпиады;
- осуществляет функции жюри, определяя победителей Олимпиады.

4.4. Комитет формируется из профессорско-преподавательского состава, научных работников, аспирантов и магистрантов факультета физической культуры ПГГПУ. Для организации мероприятий Олимпиады и помощи в обработке результатов подключается студенческий актив факультета (бакалавры и магистранты). Возглавляет комитет председатель.

4.5. Комитет обладает исключительным правом определения качества выполненных испытаний, выставления баллов, определения победителей. Решение жюри окончательное и обжалованию не подлежит.

4.6. Состав организационного комитета

Председатель организационного комитета:

Кечкин Денис Дмитриевич – к.пед.н., декан факультета физической культуры ПГГПУ.

Члены жюри:

Александров Игорь Юрьевич – старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры ПГГПУ.

Мясникова Дарья Дмитриевна – старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры ПГГПУ.

Пахомов Александр Иванович – старший преподаватель кафедры физического воспитания ПГГПУ.

Баталов Никита Алексеевич – старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и туризма ПГГПУ.

Голяков Иван Павлович – старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры ПГГПУ.

Митина Екатерина Васильевна – преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и туризма ПГГПУ.

Помощники:

Шипигузов Матвей Евгеньевич – студент 331 группы.

Шипулина Алина Олеговна – студентка 331 группы.

Петухова Дарья Вячеславовна – студентка 331 группы.

Менгалиева Юлия Георгиевна – студентка 331 группы.

V. УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ В ОЛИМПИАДЕ

5.1. Участниками олимпиады могут стать обучающиеся 10-11 классов школ г. Перми и Пермского края (количество участников ограничено, не более 50 человек).

5.2. Участие в Олимпиаде – индивидуальное.

5.3. Для участия в Олимпиаде необходимо заполнить регистрационную форму <https://forms.office.com/e/4B49NBeDGF>. Каждый участник регистрируется отдельно.

VI. СОПРОВОЖДЕНИЕ УЧАСТНИКОВ ОЛИМПИАДЫ

6.1. При проведении очного тура олимпиады участники Олимпиады сопровождают педагоги школы.

6.2. При награждении участников кураторы (сопровождающие) участников получают соответствующие сертификаты.

VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

7.1. Подведение итогов, определение победителей Олимпиады проводится согласно таблице баллов (приложения 2-5) после проведения всех испытаний.

7.2. Общие критерии оценки испытаний:

Наивысший балл по всем испытаниям – **200 баллов**, в том числе:

- Общая физическая подготовленность – Бег 60 м (**30 баллов**).
- Общая физическая подготовленность – Бег 1000 м (**30 баллов**).
- Общая физическая подготовленность – Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (девушки) / Подтягивание на высокой перекладине (юноши) (**40 баллов**).
- Специальная физическая подготовленность – Акробатика (комбинация на гимнастических матах из 6 элементов школьной программы) (**50 баллов**).
- Специальная физическая подготовленность – Плавание 100м (**50 баллов**).

Конкретные критерии по испытаниям содержатся в приложении 2-5.

Итоговый результат участника высчитывается путем **суммирования баллов за 5 конкурсных испытаний.**

При равенстве баллов победитель определяется по результату бега на 1000 метров, далее по результату плавания.

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

8.1. Награждение участников:

- Победители и призеры определяются по наибольшему количеству набранных баллов, **отдельно среди юношей и девушек.**
- Победители и призеры награждаются медалями и дипломами соответствующих степеней, памятными призами.
- Остальные обучающиеся получают дипломы участников Олимпиады и памятные призы.
- **Победителям и призерам конкурса** в соответствии с подпунктом 14 пункта 8.3. Правил приема на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата на 2024/2025 уч. г., утвержденных распоряжением ректора ПГГПУ № 157 от 12.12.2023 г., **предоставляется право на получение дополнительных 5 баллов при поступлении в ПГГПУ.**

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Требования к выполнению физических упражнений

Бег 60 м и 1000 м

Вступительные испытания по бегу проводятся в манеже. Перед забегами участников знакомят с дистанциями. Разминка выполняется самостоятельно. Забеги формируются по 4-6 человек – на 60 м, по 10 человек – на 1000 м. Забеги проводятся отдельно для юношей и девушек. Проведение испытаний регламентируется в соответствии с действующими правилами по легкой атлетике.

Подтягивание (юноши)

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения – вис хватом сверху.

При подтягивании участник обязан:

- из И.П. подтянуться непрерывным движением (без рывков), подняв подбородок выше перекладины;
- опуститься в вис;
- самостоятельно остановить раскачивание;
- услышав начало счета судьи-счетчика, продолжить упражнение.

Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (девушки)

Сгибание-разгибание рук выполняется из исходного положения - упор лежа . При выполнении упражнения необходимо:

- из И.П., согнуть руки до угла в локтевом суставе не менее 90°;
- разогнув руки, вернуться в И.П.;
- услышав начало счета судьи-счетчика, продолжить упражнение.

При выполнении упражнения плечи, туловище и ноги должны постоянно составлять прямую линию.

Акробатика

Участник выполняет самостоятельно составленную комбинацию из шести элементов (в соответствии со школьной программой раздела «Гимнастика»).

Возможные элементы комбинации: равновесие, кувырок вперед (назад, боком), стойка (на лопатках, голове, руках), переворот (вперед, боком), мост и др. Оценивание выполнения упражнений по акробатике производится согласно действующим правилам соревнований. Базовая оценка комбинации – 10 баллов. Искажение техники выполнения элементов приводит к сбавкам от 0,1 балла до сбавки в стоимость элемента.

Плавание

Испытание по плаванию проводится в бассейне. Заплывы формируются по 2-4 человека, участнику необходимо выбрать стиль плавания (один из трех) и заявить о нем во время формирования заплывов. Разминка на суше выполняется самостоятельно. Заплывы выполняются по дорожкам. Разрешается стартовать из воды или с бортика бассейна. Во время выполнения поворотов и на финише необходимо коснуться бортика.

Если участник не умеет плавать или слабо владеет навыками плавания (чувствует себя неуверенно), он обязан предупредить об этом до старта.

Нормативы по общей физической подготовке - ЮНОШИ

Бег 60 м		Бег 1000 м		Подтягивание	
Время (с)	Баллы	Время (с)	Баллы	Кол-во раз	Баллы
7,9	30	3.00	30	20	40
8,0	29	3.02	29		39
8,1	28	3.04	28	19	38
8,2	27	3.06	27		37
8,3	26	3.08	26	18	36
8,4	25	3.10	25		35
8,5	24	3.13	24	17	34
8,6	23	3.16	23		33
8,7	22	3.19	22	16	32
8,8	21	3.22	21		31
8,9	20	3.25	20	15	30
9,0	19	3.27	19		29
9,1	18	3.29	18	14	28
9,2	17	3.31	17		27
9,3	16	3.32	16	13	26
9,4	15	3.34	15		25
9,5	14	3.35	14	12	24
9,6	13	3.36	13		23
9,7	12	3.37	12	11	22
9,8	11	3.39	11		21
9,9	10	3.40	10	10	20
10,0	9	3.42	9		19
10,1	8	3.44	8		18
10,2	7	3.46	7	9	17
10,3	6	3.48	6		16
10,4	5	3.50	5		15
10,5	4	3.52	4	8	14
10,6	3	3.54	3		13
10,7	2	3.56	2		12
10,8	1	4.00	1	7	11
					10
				6	9
					8
				5	7
					6
				4	5
					4
				3	3
				2	2
				1	1

Нормативы по общей физической подготовке - ДЕВУШКИ

Бег 60 м		Бег 1000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	
Время (с)	Баллы	Время (с)	Баллы	Кол-во раз	Баллы
9,2	30	3.40	30	30	40
9,3	29	3.43	29	29	39
9,4	28	3.46	28	28	38
9,5	27	3.49	27	27	37
9,6	26	3.52	26	26	36
9,7	25	3.55	25	25	35
9,8	24	3.58	24	24	34
9,9	23	4.01	23	23	33
10,0	22	4.03	22	22	32
10,1	21	4.07	21	21	31
10,2	20	4.10	20	20	30
10,3	19	4.12	19		29
10,4	18	4.15	18	19	28
10,5	17	4.17	17		27
10,6	16	4.19	16	18	26
10,7	15	4.21	15		25
10,8	14	4.23	14	17	24
10,9	13	4.26	13		23
11,0	12	4.29	12	16	22
11,1	11	4.32	11		21
11,2	10	4.35	10	15	20
11,3	9	4.37	9		19
11,4	8	4.39	8	14	18
11,5	7	4.41	7		17
11,6	6	4.43	6	13	16
11,7	5	4.45	5		15
11,8	4	4.50	4	12	14
11,9	3	4.52	3		13
12,0	2	4.55	2	11	12
12,1	1	5.00	1		11
				10	10
				9	9
				8	8
				7	7
				6	6
				5	5
				4	4
				3	3
				2	2
				1	1

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Нормативы по специальной физической подготовке - ЮНОШИ

Акробатика		Плавание 100 м			
Оценка	Баллы	Вольный стиль (мин)	Кроль на спине (мин)	Брасс (мин)	Баллы
9,5	50	1.20	1.30	1.40	50
9,4	49	1.21	1.31	1.41	49
9,35	48	1.22	1.32	1.42	48
9,3	47	1.23	1.33	1.43	47
9,25	46	1.24	1.34	1.44	46
9,2	45	1.25	1.35	1.45	45
9,15	44	1.26	1.36	1.46	44
9,1	43	1.27	1.37	1.47	43
9,05	42	1.28	1.38	1.48	42
9,0	41	1.29	1.39	1.49	41
8,95	40	1.30	1.40	1.50	40
8,9	39	1.32	1.42	1.52	39
8,85	38	1.34	1.44	1.54	38
8,8	37	1.36	1.46	1.56	37
8,75	36	1.38	1.48	1.58	36
8,7	35	1.40	1.50	2.00	35
8,65	34	1.42	1.52	2.02	34
8,6	33	1.44	1.54	2.04	33
8,55	32	1.46	1.56	2.06	32
8,5	31	1.48	1.58	2.08	31
8,4	30	1.50	2.00	2.10	30
8,3	29	1.52	2.02	2.12	29
8,2	28	1.54	2.04	2.14	28
8,1	27	1.56	2.06	2.16	27
8,0	26	1.58	2.08	2.18	26
7,9	25	2.00	2.10	2.20	25
7,8	24	2.02	2.12	2.22	24
7,7	23	2.04	2.14	2.24	23
7,6	22	2.06	2.16	2.26	22
7,5	21	2.08	2.18	2.28	21
7,4	20	2.10	2.20	2.30	20
7,3	19	2.12	2.22	2.32	19
7,2	18	2.14	2.24	2.34	18
7,1	17	2.16	2.26	2.36	17
7,0	16	2.18	2.28	2.38	16
6,9	15	2.20	2.30	2.40	15
6,8	14	2.22	2.32	2.42	14
6,7	13	2.24	2.34	2.44	13
6,6	12	2.26	2.36	2.46	12
6,5	11	2.28	2.38	2.48	11
6,4	10	2.30	2.40	2.50	10
6,3	9	2.34	2.44	2.54	9
6,2	8	2.38	2.48	2.58	8
6,1	7	2.42	2.52	3.02	7
6,0	6	2.46	2.56	3.06	6
5,9	5	2.50	3.00	3.10	5

5,8	4	100 м без учета времени	4
5,7	3	75 м без учета времени	3
5,6	2	50 м без учета времени	2
5,5	1	25 м без учета времени	1

Нормативы по специальной физической подготовке - ДЕВУШКИ

Акробатика		Плавание			
Оценка	Баллы	Вольный стиль (мин)	Кроль на спине (мин)	Брасс (мин)	Баллы
9,5	50	1.30	1.40	1.50	50
9,4	49	1.31	1.41	1.51	49
9,35	48	1.32	1.42	1.52	48
9,3	47	1.33	1.43	1.53	47
9,25	46	1.34	1.44	1.54	46
9,2	45	1.35	1.45	1.55	45
9,15	44	1.36	1.46	1.56	44
9,1	43	1.37	1.47	1.57	43
9,05	42	1.38	1.48	1.58	42
9,0	41	1.39	1.49	1.59	41
8,95	40	1.40	1.50	2.00	40
8,9	39	1.42	1.52	2.02	39
8,85	38	1.44	1.54	2.04	38
8,8	37	1.46	1.56	2.06	37
8,75	36	1.48	1.58	2.08	36
8,7	35	1.50	2.00	2.10	35
8,65	34	1.52	2.02	2.12	34
8,6	33	1.54	2.04	2.14	33
8,55	32	1.56	2.06	2.16	32
8,5	31	1.58	2.08	2.18	31
8,4	30	2.00	2.10	2.20	30
8,3	29	2.02	2.12	2.22	29
8,2	28	2.04	2.14	2.24	28
8,1	27	2.06	2.16	2.26	27
8,0	26	2.08	2.18	2.28	26
7,9	25	2.10	2.20	2.30	25
7,8	24	2.12	2.22	2.32	24
7,7	23	2.14	2.24	2.34	23
7,6	22	2.16	2.26	2.36	22
7,5	21	2.18	2.28	2.38	21
7,4	20	2.20	2.30	2.40	20
7,3	19	2.22	2.32	2.42	19
7,2	18	2.24	2.34	2.44	18
7,1	17	2.26	2.36	2.46	17
7,0	16	2.28	2.38	2.48	16
6,9	15	2.30	2.40	2.50	15
6,8	14	2.32	2.42	2.52	14
6,7	13	2.34	2.44	2.54	13
6,6	12	2.36	2.46	2.56	12
6,5	11	2.38	2.48	2.58	11
6,4	10	2.40	2.50	3.00	10
6,3	9	2.44	2.54		9
6,2	8	2.48	2.58		8
6,1	7	2.52	3.02		7
6,0	6	2.56	3.06		6

5,9	5	3.00	3.10		5
5,8	4	100 м без учета времени			4
5,7	3	75 м без учета времени			3
5,6	2	50 м без учета времени			2
5,5	1	25 м без учета времени			1