

Затверджую
Начальник Тернопільського
обласного відділення (філії)
Комітету з фізичного виховання
та спорту МОН України
«15» квітня 2019 року



О.В.Бірюков

РЕГЛАМЕНТ

проведення Обласного фізкультурно-патріотичного фестивалю школярів «Козацький гарт 2019»

I. Цілі і завдання

1.1. Цей Регламент визначає порядок організації та проведення Обласного фізкультурно-патріотичного фестивалю школярів «Козацький гарт» (далі - Фестиваль).

1.2. Фестиваль проводиться щороку і має на меті формування здорового способу життя, підвищення соціальної активності і зміцнення здоров'я учнівської молоді, поліпшення національно-патріотичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

1.3. Головними завданнями Фестивалю є:

- підвищення рівня фізичної підготовленості та збільшення рухової активності школярів;
- формування стійких мотивацій до самостійних занять фізичною культурою і спортом;
- відродження національних традицій та культурної спадщини українського народу.

II. Терміни і місце проведення

2.1 Фестиваль проводиться щорічно протягом навчального року у три етапи:

- | | | |
|----------|---|---|
| I етап | - | загальношкільний (до 15 квітня); |
| II етап | - | районний (міський, територіальний) (до 1 травня); |
| III етап | - | обласний (до 15 травня); |

III. Організація та керівництво

3.1 Загальне керівництво підготовкою і проведенням Фестивалю здійснює Тернопільське обласне відділення (філія) Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України (надалі – Відділення).

Організація і проведення I етапу Фестивалю покладається на адміністрацію загальноосвітнього навчального закладу.

Організація і проведення II етапу Фестивалю покладається на органи управління освіти.

Організація і проведення III етапу Фестивалю покладається на обласне відділення (філію) Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України.

Безпосереднє керівництво проведенням Фестивалю покладається на суддівські колегії на етапах змагань.

3.2 На всіх етапах Фестивалю можуть створюватись організаційні комітети відповідного рівня. До їх складу можуть бути залучені громадські організації, які мають на меті надати організаційну, фінансову та іншу допомогу в проведенні Фестивалю.

IV. Учасники

4.1 У I етапі беруть участь учні 5-10 класів загальноосвітніх навчальних закладів, які за станом здоров'я віднесені до основної медичної групи.

У II етапі беруть участь збірні команди загальноосвітніх навчальних закладів.

У III етапі беруть участь збірні команди загальноосвітніх навчальних закладів, переможці II етапу.

Склад команди 12 спортсменів (6 хл. + 6 дів.):

5 клас - 1 хл. + 1 дів.;

6 клас - 1 хл. + 1 дів.;

7 клас - 1 хл. + 1 дів.;

8 клас - 1 хл. + 1 дів.;

9 клас - 1 хл. + 1 дів.;

10 клас - 1 хл. + 1 дів.;

вчитель фізичної культури та представник загальноосвітнього навчального закладу.

В разі відсутності в школі 10 класу до складу команди дозволяється включити учнів 9 класу.

Вік учасників кожного класу може різнитися в межах двох календарних років.

V. Програма проведення

5.1. Програма Фестивалю складається з таких видів:

«Човниковий» біг 4 x 9 м (хлопці, дівчата);

стрибок у довжину з місця (хлопці, дівчата)

стрибки через скакалку протягом 30 сек (дівчата);

перетягування канату (хлопці);

естафета.

5.2. Проведення змагань II та III етапів можливе за підгрупами з наступним проведенням фінальної частини.

5.3. Умови виконання окремих видів програми змагань при необхідності можуть бути змінені суддівською колегією відповідного рівня.

VI. Безпека та підготовка спортивних споруд

6.1. Підготовка спортивних споруд здійснюється відповідно до Положення "Про порядок підготовки спортивних споруд та інших спеціально відведених місць для проведення масових спортивних та культурно-видовищних заходів", затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 18 грудня 1998 року № 2025.

VII. Умови визначення переможців Фестивалю

7.1. Команда-переможець у змаганнях з «човникового» бігу визначається за сумою кращих результатів (сек) 5 юнаків та 5 дівчат.

Команда-переможець зі стрибків у довжину з місця визначається за сумою кращих результатів (см) 5 юнаків та 5 дівчат.

Команда-переможець у стрибках через скакалку визначається за найбільшою кількістю повторів за 30сек 5 дівчат.

Перетягування каната проводиться за олімпійською системою. Місця між командами, які програли, розподіляються за кращим часом між ними.

Команда - переможець в естафеті визначається за кращим часом.

Команда-переможець в кожному виді програми визначається за найбільшою сумою балів .

7.2. Загальнокомандне місце визначається за найменшою сумою місць, набраних командою в усіх видах спортивної програми. Якщо сума місць у двох або більше команд однакова, перевага надається команді, яка має більше 1, 2, 3 і далі місць у видах програми. У разі рівності й цього показника перевага надається тій команді, яка має більше 1, 2, 3 і далі місць в особистому заліку.

7.3. У разі набрання командами однакової кількості очок у загальному заліку переможець визначається в додатковому конкурсі «Бій отаманів» (два гравці виходять на середину кола та стрибаючи на одній нозі намагаються поштовхом плеча витіснити суперника з кола або вивести один одного з рівноваги, тобто змусити встати на обидві ноги).

VIII. Нагородження

8.1. Переможці та призери I етапу нагороджуються заохочувальними призами адміністрацій загальноосвітніх шкіл, місцевих відділів освіти, спонсорів тощо.

Переможці та призери II етапу нагороджуються дипломами відділів освіти райдержадміністрацій, ОТГ, управлінь освіти міських рад..

Переможці та призери III етапу нагороджуються дипломами та грамотами обласного відділення (філія) Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України..

IX. Фінансові витрати

9.1. Витрати на організацію та проведення I, II і III етапів Фестивалю здійснюються в межах асигнувань, передбачених місцевими бюджетами відповідного рівня та за рахунок інших джерел, не заборонених законодавством України.

X. Терміни та порядок подання заявок на участь

На II етап ЗЗСО подає до районного (міського) організаційного комітету заявку та учнівські квитки або картки учасників змагань.

За результатами II етапу подається заявка, підсумковий протокол до організаційного комітету (Додаток №1) та попередні заявки на участь у III етапі змагань організаційному комітету на електронну адресу: sportgart@ukr.net (тел. 0352-26-93-16) до 05 травня 2019 року.

XI. Оскарження результатів

11.1 Результати змагань можуть бути оскаржені представником команди після закінчення окремих видів програми змагань у письмовій формі до головної суддівської колегії фінальних змагань Ігор безпосередньо після закінчення етапу змагань.

11.2 Оскарження негайно розглядаються головною суддівською колегією Ігор.

11.3 Результати команди при підтвердженні порушення у виді програми анулюються.

XII. Медичне забезпечення

13.1. Медичне забезпечення змагань проводиться відповідно до Положення про систему надання лікарсько-фізкультурної допомоги в Україні, затвердженого наказом Міністерства охорони здоров'я України від 17.06.2014 № 401 ” та зареєстрованого в Міністерстві юстиції України від 07.07.2014 за № 746/25523.

XIII. Перелік документів.

Для участі у III етапі Фестивалю представники команд подають до мандатної комісії наступні документи:

- учнівський квиток або картку учасника Фестивалю;
- надруковану іменну заявку на участь у III етапі Фестивалю у двох примірниках (Додаток 2);
- копію свідоцтва про народження;
- підсумковий протокол II етапу Фестивалю.

**Підсумковий протокол проведення
II етапу Обласного фізкультурно-патріотичного фестивалю
школярів України «Козацький гарт 2019»**

Район (місто), Територіальна громада	
Кількість загальноосвітніх навчальних закладів у районі (місті)	
Кількість загальноосвітніх навчальних закладів, що взяли участь у II етапі	
Переможець II етапу (найменування загальноосвітнього навчального закладу)	

Головний суддя змагань

Посадова особа відділу освіти районної
державної адміністрації

(виконавчий комітет міської ради) _____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

Додаток 2 до Регламенту

Заявка

**на участь у III етапі обласного фізкультурно-патріотичного фестивалю школярів України
«Козацький гарт 2019»**

від команди _____

(повне найменування загальноосвітнього навчального закладу)

_____ (місцезнаходження: поштовий індекс, номер телефону, місто (село), район)

Область _____

№ з/п	П.І.П.	Рік народження	Клас	Висновок лікаря	Підпис і печатка лікаря

Всього допущено до змагань: _____

Директор загальноосвітнього
навчального закладу

М.П. _____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

Начальник відділу освіти
(райдержадміністрації, ОТГ,
начальник управління освіти міської
ради)

М.П. _____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

Посадова особа медичного закладу
М.П.

_____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

Представник команди

_____ (_____)
(підпис) (прізвище, ініціали)

**Умови виконання випробувань фізкультурно-патріотичного
фестивалю школярів України
«Козацький гарт 2019»**

Човниковий біг 4 x 9 м

Учасник повинен бути одягнутий в легкоатлетичні труси, майку, заправлену в труси, або в легкоатлетичний комбінезон. Взуття повинне захищати ноги та забезпечувати міцний контакт з поверхнею майданчика. Після виклику в учасника є 15 секунд, щоб почати виконання вправи.

Техніка виконання вправи: учасник займає положення високого старту за стартовою лінією, за командою він пробігає 9м до лінії бере кубик, який лежить у півколі R-50см повертається бігом назад і кладе його у стартове півколо R-50см. Потім біжить за другим кубиком на наступну відстань 9м, взявши його, повертається назад і кладе його у друге стартове півколо R-50см.

Оцінка виконання. Вправа оцінюється за кількістю затраченого часу на виконання вправи. Час визначається з точністю до 0,01сек

Обладнання та інвентар: два кубика (5 x 5см), прапорець для судді, стартова розмітка, секундомір.

Примітка: якщо кубик покладено не в півколо суддя піднімає прапорець і час не зупиняється поки помилка не буде виправлена.

Стрибок у довжину з місця (хлопці, дівчата).

Учасник повинен бути одягнутий в легкоатлетичні труси, майку, заправлену в труси, або в легкоатлетичний комбінезон. Взуття повинне захищати ноги та забезпечувати міцний контакт з поверхнею майданчика. Після виклику в учасника є 15 секунд, щоб почати виконання вправи.

Техніка виконання вправи: учасник випробування стає носками до лінії відштовхування. Стрибок проводиться з положення «Старт плавця», відштовхуючись двома ногами. На виконання вправи учасник має дві спроби. Зараховується кращий результат.

Оцінка виконання. Оцінка дій учасника починається з моменту прийняття вихідного положення. Сигналом готовності учасника до початку виступу є піднята вгору його права рука. За командою судді учень виконує стрибок з місця.

Результат учасника зараховується при умові виконання всіх вимог і вимірюється відстань від бруска до найближчої точки приземлення.

Обладнання та інвентар: рулетка, прапорець для судді, стартова розмітка, сектор для стрибків у довжину.

Примітка: фіксується результат учасника (см).

Стрибки через скакалку протягом 30 сек (дівчата)

Дівчата можуть бути одягнені в купальники, комбінезони або футболки з короткими брюками («лосинами»). Вправа може виконуватися в кросівках, шкарпетках, чешках. Після виклику судді в учасниці є 15сек, щоб почати виконання вправи.

Оцінка виконання: Оцінка дій учасниці починається з моменту прийняття вихідного положення зі скакалкою в руках (скакалка за спиною) у секторі. Сигналом готовності учасниці до початку виступу є піднята нею вгору права рука. За сигналом судді учасниця починає стрибки на двох ногах, обертаючи скакалку вперед. Результатом випробування є кількість стрибків, що фіксує суддя за 30сек.

Обладнання та інвентар: секундомір, скакалка, прапорець для судді, сектор для стрибків.

Примітка: фіксується результат стрибків (разів) з одного підходу. Якщо скакалка заплуталась, учасниця, розплутавши її, може продовжувати стрибки до закінчення зазначеного часу.

Перетягування канату (хлопці)

Обладнання. Неслизька поверхня майданчика з лінією, що ділить майданчик на рівні частини. Канат повинен мати діаметр в межах від 10 до 12,5 см і бути без вузлів, петель та з обов'язковим маркуванням: а) стрічка у центрі канату; б) дві стрічки на відстані 2,5м від центральної стрічки в обидва боки канату. Маркування стрічок має бути трьох різних кольорів. На старті тяги центральний маркер на канаті має бути поєднаний із центральною лінією на поверхні майданчика.

Опис проведення випробування. Кожен учасник команди під час тяги повинен тримати канат двома руками (долоні обох рук повернені догори). Канат розташовується між тілом і верхньою частиною передпліччя. Стопи ніг знаходяться попереду колін.

Кінцевий (якірний) у команді перепускає канат уздовж тіла діагонально через спину та протилежне плече, у напрямку із-за спини вперед. Залишки канату проходять під передпліччям іншої руки та звисають. Якірний захвачує канат обома руками-долонями догори.

Перший учасник здійснює захват канату якомога ближче до крайньої маркувальної стрічки.

За командою "Підхопити канат!" команди захвачують канат (як зазначено вище), ступні всією поверхнею стоять на землі.

За командою "Натягнути!" канату надається достатнє натягнення. Кожний учасник має право виставити одну ногу вперед підбором або ребром черевика.

"Центрування канату" здійснюється суддею, який встановлює канат так, щоб центральна маркувальна стрічка співпадала з центральною лінією на землі.

За командою "Тяга!" починається саме перетягування канату.

Команда "Закінчення тяги!" сигналізується свистком судді та оголошенням команди-переможця.

Визначення результатів. Перемога зараховується, якщо перша маркувальна стрічка (від центральної) на канаті, перетне центральну лінію на землі.

Загальні вказівки і зауваження. Змагання проводяться за олімпійською системою. Кожна схватка фіксується секундоміром.

Естафета

- 1 етап - 50 м - "перенесення вантажу" біг з двома м'ячами - (хл. 8 кл.);
- 2 етап - 50 м - "стрибки з м'ячем "вершник" - (дів. 8 кл.);
- 3 етап - 25 м - "переправа" - (дів. 5 кл., дів. 6 кл.);
- 4 етап - 50 м - "слалом" - (дів. 9 кл.);
- 5 етап - 50 м - "через паркан" - (хл. 7 кл.);
- 6 етап - 25 м - "стрибки зигзагом" - (дів. 7 кл.);
- 7 етап - 25 м - "рятівник" - (хл. 10 кл., хл. 5 кл.);
- 8 етап - 50 м - "стрибунець" - (хл. 9 кл.);
- 9 етап - 25 м - "біг з перестрибуванням через скакалку" - (хл. 6 кл.);
- 10 етап - 50 м - "передай пакет" - (дів. 10 кл.);

1 етап - 50м (хл. 8 кл.) «Перенесення вантажу» біг з двома футбольними м'ячами - на лінії старту учасник 1 етапу бере зручним способом 2 м'ячі та за сигналом біжить з ними до учасника 2 етапу, складає м'ячі біля нього на землю, після чого передає естафету наступному учаснику естафети.

2 етап - 50 м. (дів. 8 кл.) "Стрибки з м'ячем - «вершник» 20 метрів учасник долає бігом до фішки де лежить футбольний м'яч, піднімає і затискаючи його між колін стрибає 10 метрів до наступної фішки де залишає м'яч та долає наступні 20 метрів бігом.

3 етап - 25 м (дів. 5 кл., дів. 6 кл.) "Переправа" - дві учасниці знаходяться в середині гімнастичного обруча (діаметр обруча - 90см) обличчям один до одного. Після прийому естафети учасниці пересуваються до фінішу боком приставним кроком.

4 етап - 50м (дів. 9 кл.) "Слалом" - на доріжці встановлюються стійки (кегли, кубики тощо) на відстані 3м одна від одної на ширині 1м. Учасниця долає відстань етапу, оббігаючи стійки.

5 етап 50м (хл. 7 кл.) "Через паркан" - бар'єрний біг: на доріжці через кожні 5 м встановлюються 6 перешкод висотою 80 см. Перша перешкода встановлюється на відстані 15 м від лінії старту. Учасник долає дистанцію перестрибуючи через бар'єри.

6 етап - 25м (дів. 7 кл.) "Стрибки зигзагом" - учасниця долає етап, стрибаючи зигзагом на двох ногах, перестрибуючи через мотузку (чи намальовану на землі смугу) праворуч та ліворуч.

7 етап - 25м (хл. 10 кл. хл. 5 кл.) "Рятівник" - учасники стоять біля стартової лінії, після передачі естафети, учасник (учень 10 класу) переносить козака (учня 5 класу), тримаючи його на спині та підтримуючи під стегна, водночас учасник, якого несуть тримає того, хто його переносить за плечі, чи легко за шию.

8 етап - 50м (хл. 9 кл.) "Стрибунець" - учасник етапу стоїть біля стартової смуги, після передачі естафети починає стрибати на правій нозі 15м до першої фішки, потім на лівій нозі 15 м. до наступної фішки та закінчує етап бігом 20м.

9 етап - 25 м. (хл. 6 кл.) “Біг з перестрибуванням через скакалку” - учасник етапу стоїть біля стартової смуги та після передачі естафети просувається вперед бігом, перестрибуючи через скакалку, яка обертається.

10 етап - 50м (дів. 10 кл.) “Передай пакет” - учасниця долає бігом відстань етапу до фінішу з пакетом у руці.

Примітка:

- передача естафети вважається виконаною правильно, якщо учасник попереднього етапу перетнув лінію старту наступного етапу і торкнувся рукою до будь-якої частини тіла учасника наступного етапу;
- якщо етап закінчують два учасника, то естафету передає учасник, який приходить останнім;
- за порушення передачі естафети команда дискваліфікується;
- за незначні порушення на етапах естафети нараховується штрафний час (0, 2 сек).

Взуття учасників, на всіх етапах змагань, може бути з рифленою поверхнею. Використання спортивного взуття з шипами заборонено.