

Міністерство освіти і науки України
Відокремлений підрозділ «Лисичанський педагогічний коледж
Луганського національного університету
імені Тараса Шевченка»

Предметна (циклова) комісія фізичного виховання

Затверджено
Директор коледжу
_____ Г. М. Міненко

ПОЛОЖЕННЯ
про проведення
коледжної студентської олімпіади
з фізичної культури і спорту
для студентів спеціальності
«Середня освіта (фізична культура)»
освітньо-кваліфікаційного рівня
"молодший спеціаліст"

1. Загальні положення

1.1. Порядок допуску студентів до участі в олімпіаді

В олімпіаді з фізичної культури і спорту (далі – ФКіС) беруть участь юнаки та дівчата I-IV курсів спеціальності «Середня освіта (фізична культура)», які за станом здоров'я віднесені до основної або підготовчої медичної групи (2 дівчини+3 юнаки).

Відповідальність за здоров'я та життя студентів в дні проведення олімпіади покладається на керівника фізичного виховання. Головний суддя під час наради проводить інструктаж з членами суддівської бригади про правила безпечної поведінки.

Порушення вимог до спортивної форми карається зменшенням балу або штрафними секундами.

Учасники олімпіади повинні мати єдину спортивну форму.

Використання прикрас не дозволяється.

За неспортивну поведінку та грубе порушення дисципліни студентом суддівська бригада має право дискваліфікувати учасника з олімпіади.

1.2. Програма коледжної олімпіади з фізичної культури і спорту та особливості проведення іспитів за видами

Програма олімпіади з ФКіС складається із п'яти розділів:

I. Теоретико-методичні знання (дівчата, юнаки)

II. Легка атлетика

III. Акробатика.

IV. Туризм

V. Ігрова комбінація.

I. Теоретико-методичні знання (дівчата, юнаки)

1.1. Відео-презентація «Олімпійці нашого краю».

Відео-презентація готується спочатку у форматі PowerPoint. Учасник обирає одного спортсмена – учасника олімпійських ігор, який представляв Україну та проживав (проживає) у Луганській області на час виступу на Олімпіаді.

Кількість слайдів – 12, у тому числі – титульний і слайд, який містить перелік використаних джерел, ресурсів і сервісів. Учасник має розкрити такі питання про обраного олімпійця:

⌘ вид спорту та основні досягнення олімпійця;

⌘ становлення спортсмена як олімпійця;

⌘ тренер (тренера) олімпійця;

⌘ ким стала або є особа після виступу на Олімпіаді та завершення спортивної кар'єри, де він зараз.

Вітається використання анімацій, відео, фото, вербального та музичного супроводу та ін. Текст на одному слайді не має перевищувати 15 строк. Тривалість демонстрації одного слайду за часом не обмежена.

1.2. Тестування «Знання з ФКіС».

Проводиться в фаховому кабінеті «Теорія і методика фізичного виховання» № 214. Складається з 65 тестів. Необхідно правильно відповісти на питання, поставивши помітку напроти відповіді.

Обов'язково студентам кожної підгрупи до початку іспиту слід повідомити таку інформацію:

- ⌘ не починати виконання завдання без загальної команди судді;
- ⌘ при будь-якому непорозумінні учасник підіймає руку та чекає на допомогу судді;
- ⌘ по завершенні тестування учасник підіймає руку і чекає, доки суддя зафіксує в його присутності час виконання завдання.

II. Легка атлетика

Іспит з легкої атлетики складається з двох видів.

2.1. Потрійний стрибок (дівчата, юнаки)

Учасники повинні бути одягнуті в легкоатлетичні труси, майки, заправлені в труси, або в легкоатлетичні комбінезони. Взуття повинне захищати ноги та забезпечувати міцний контакт з поверхнею майданчика без шипів. Після виклику в учасника є 20 секунд, щоб почати виконання вправи.

Техніка виконання вправи: ступні за лінією відштовхування. Стрибок проводиться з положення «Старт плавця», відштовхуючись двома ногами – приземлення на одну, потім на іншу і - на обидві ноги. На виконання вправи в учасника є дві спроби.

Зараховується кращий результат з двох спроб.

Оцінка виконання. Оцінка дій учасника починається з моменту прийняття вихідного положення. Сигналом готовності учасника до початку виступу є піднята вгору права рука. За командою судді студент виконує потрійний стрибок з місця. Після приземлення студент не зрушується з місця, доки наступний член команди не стане на старт і не почне стрибати.

Зараховується загальна довжина дистанції.

Обладнання та інвентар. Рулетка, прапорець для судді, стартова розмітка, мати, гумове покриття або кавролін для приземлення.

III. Ігрова комбінація.

Розділ «Ігрова комбінація».

Комбінація (Таблиця 1) виконується одразу двома гравцями (учасниками однієї статі) з двох боків **баскетбольного майданчика**. Біля кожного учасника – два судді. Один з них – фіксує правильність виконання елементів комбінації, другий – фіксує набрані учасником бали. Час виконання – не фіксується. Пауза між елементами – не перевищує 5 секунд.

1. В.п. – стоячи в зоні штрафного кидка. В одній руці – тенісна ракетка з тенісною кулькою. В іншій руці – баскетбольний м'яч. Одночасне підбивання кульки та ведення м'яча, стоячи на місці. Зараховується кількість ударів м'ячем по підлозі. Відлік результативних ударів починається лише по першому удару баскетбольного м'яча по підлозі. При цьому кулька постійно підбивається в довільному темпоритмі.

Кількість разів ведення м'яча до першої помилки = кількості балів.

2. Учасник бере з обруча баскетбольний м'яч: ведення м'яча від обруча до фішки № 1 дальньою від цієї фішки рукою, обвести першу фішку з центрального боку, довести

м'яч до точки, з якої розпочнеться атака на кільце (з того ж боку, з якого знаходиться фішка № 1); 1 = правильне ведення м'яча

- влучний кидок м'яча в кошик однією дальньою від кошика рукою першим способом; 1 = влучний кидок у разі правильного виконання

- зняти (підібрати) м'яч після відскоку від кошика, ведення м'яча іншою рукою, обвести фішку № 2 дальньою від фішки рукою з центрального боку, довести м'яч до точки другої атаки на кошик, з того ж самого боку, з якого була фішка № 2; 1 = правильне ведення м'яча

- влучний кидок м'яча в кошик однією дальньою від кошика рукою другим способом з того ж боку, на якому друга фішка; 1 = влучний кидок у разі правильного виконання

- зняти (підібрати) м'яч після відскоку від кошика, довести його до лінії штрафного кидка + один штрафний кидок по правилам гри. 1 = влучний кидок у разі правильного виконання.

Дівчата – волейбол:

Учасниця бере волейбольний м'яч, виходить до зони № 3 волейбольного майданчика, виконує волейбольне жонглювання біля сітки (почергово по 1 разу зверху-знизу двома руками). Кількість разів до першої помилки = кількість балів

Волейбол – 4 подачі з лицьової лінії волейбольного майданчика за правилами волейболу. Виконуються одночасно з двох боків, двома учасницями, по сигналу судді (свисток). 1 = за кожну вдалу подачу

Юнаки - футбол: учасник бере руками футбольний м'яч, стає в межах штрафної зони баскетбольного майданчика і виконує жонглювання (за правилами футболу);

Кількість елементів до першої помилки = кількості балів.

Учасник кладе м'яч на підлогу, виконує ведення м'яча до фішки № 1, обвести фішку з центрального боку дальньою від фішки ногою, довести м'яч до точки атаки воріт. 1 = правильне ведення м'яча¹²

Влучний удар по воротам з боку фішки № 1 першим способом; 1 = влучне попадання у ворота

III. Підведення підсумків олімпіади та визначення переможців

Підсумки олімпіади підводяться у загальному заліку на команду.

Переможці та призери визначаються за сумою зайнятих місць за результатами виступу в усіх видах іспитів (за розділами завдань).

IV. Обов'язки суддів

Судді зобов'язані виконувати положення проведення олімпіади та безпристрасно оцінювати діяльність учасників змагань.

Суддя не відповідає за підготовку до виступу учасника олімпіади.

Суддя не повинен вказувати на невідповідність спортивної форми, якщо це має оцінку.

Суддя зобов'язаний не допускати учасника до виконання вправи, якщо він вважає, що учасник не готовий до виступу і це може привести до травмування учасника або оточуючих.

Кожний суддя – це перш за все педагог. Тому будь-які конфлікти та дисциплінарні акції слід здійснювати гуманно.