

**Положение о проведении турнира по ОФП и строевым действиям,
посвященного 90-летию КГУ «Колледж сферы обслуживания
г.Петропавловска им. И.Даутова»**

I. Общие положения.

Положение о соревнованиях по ОФП И СТРОЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ - определяющий цели и задачи спортивно-массовой работы в колледже.

Массовое вовлечение обучающихся в занятия спортом, развитие физических качеств, воспитание силы воли, целеустремленности, веры в себя, в свои возможности, укрепление здоровья вот основные цели и задачи соревнований по ОФП.

Цели и задачи:

- пропаганда здорового образа жизни
- укрепление здоровья студентов
- привлечение студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом

II. Руководство проведения соревнований,

Общее руководство соревнованиями осуществляется учителем физической культуры и НВП.

Оказывает помощь в подготовке соревнований, в решении организационных вопросов заместитель директора по работешколы.

III. Сроки и место проведения соревнований,

Соревнования по ОФП проходят в колледже с 23.11.20 по 27.11.20

Составление графика соревнований, оказание помощи в подготовке обучающихся к соревнованиям осуществляется учителем физической культуры.

IV. Состав участников соревнований.

К соревнованиям допускаются студенты 1-2го курса, допущенные врачом.

Участвуют сборные команды группы колледжа.

V. Заявки.

Заявка на участие в соревнованиях подается 19.11.20 – 20.11.2020 капитаном команды в судейскую коллегию. [WhatsApp 8-777-921-16-23; 8-777-895-57-88](https://www.whatsapp.com/channel/00299800000000000000)

В заявку включаются до 5 человек с указанием фамилии, имени, группы, возраста, пола.

№	Ф.И. О	Возраст	Пол	Группа, курс
1				
2				
3				
4				
5				

VI. Условия проведения и определения победителей.

Соревнования включают следующие виды:

1.ОФП

В соревнованиях учитывалось суммарное количество выполненных упражнений за 30 сек, таких как

- приседания 10 сек.

Посмотрите видеоролик, где показано, как правильно выполнять упражнение

<https://www.youtube.com/watch?v=51xwwaA5BnQ>

- отжимания от пола 10 сек

<https://www.youtube.com/watch?v=c902b5g8w0A>

- поднимание туловища из положения на спине. 10 сек

https://www.youtube.com/watch?v=0oB5GMq3F_Q

Для участия необходимо предоставить видеоролик с выполненными упражнениями

Каждое видео должно быть подписано: ФИО, год рождения, пола муж/жен , группа.

Телефон для отправки видеоролика: WhatsApp 8-777-921-16-23 (преподаватель физической культуры Жакилов Н.О.)

1.В соревнованиях по ОФП разыгрываются:

- личные места;

- командные места.

Победителем считается та команда, которая **набрала большее количество очков.**

Победителем в личном первенстве считается участник, показавший **лучшие результаты.**

2.Строевые действия

В основных соревнованиях оценивались строевые действия (приёмы)

- Оценка наличия и состояния военной формы.

- Оценка выполнения повороты на месте или в движении строевых приемов.

<https://www.youtube.com/watch?v=o5ddaYO29ls>

<https://www.youtube.com/watch?v=XZtDui-E35w>

Для участия необходима предоставить видеоролик с выполненными упражнениями

Каждое видео должно быть подписано:ФИО,год рождения,пол муж/жен,группа.

Телефон для отправки видеоролика: 8-777-895-57-88 (преподаватель НВП Абельмажинов А.Б.)

В соревнованиях по ОФП разыгрываются:

- личные места;

Победителем в личном первенстве считается участник, показавший **лучшие результаты.**

Награждение.

Награждение победителей осуществляется учителем физической культуры и НВП.

Команды и участники личного первенства награждаются грамотами.



«Iskander Day'tov atyndağ'y Petropavl qalasynyn' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» KMM
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

таратталару/вручается

за занятое III место

сборной команде 11 группы в общекомандном зачете
турнира по общей физической подготовке и строевым действиям,
посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Петропавл қ./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndağ'y Petropavl qalasynyn' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» KMM
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

таратталару/вручается

за занятое II место

сборная команда студентов I курса в общекомандном зачете
турнира по общей физической подготовке и строевым действиям,
посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Петропавл қ./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndağ'y Petropavl qalasynyn' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» KMM
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

таратталару/вручается
студенту (ке) 11 группы

Деринг Анастасие

за занятое III место

в личном зачете турнира по общей физической подготовке
и строевым действиям, посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Петропавл қ./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndag'y Petropavl qalasyнын' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» КММ
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

таратталаду/вручается

Давыдовой Светлане Валентиновне

за занятое **II место**

в личном зачете турнира по общей физической подготовке
и строевым действиям, посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Петропавл қ./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndag'y Petropavl qalasyнын' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» КММ
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

таратталаду/вручается

Герасимовой Наталье Геннадьевне

за занятое **II место**

в личном зачете турнира по общей физической подготовке
и строевым действиям, посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Петропавл қ./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndag'y Petropavl qalasyнын' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» КММ
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

таратталаду/вручается

за занятое **I место**

сборной команде преподавателей в общекомандном зачете
турнира по общей физической подготовке и строевым действиям,
посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Петропавл қ./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndağ'y Petropavl qalasyнын' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» КММ
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

тағаратталады/вручается
студенту (ке) 10 группы

Помазан Галине

за занятое I место

в личном зачете турнира по общей физической подготовке
и строевым действиям, посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Petropavl q./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndağ'y Petropavl qalasyнын' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» КММ
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

тағаратталады/вручается
студенту (ке) 15 группы

Усольцеву Диасу

за занятое I место

в личном зачете турнира по общей физической подготовке
и строевым действиям, посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Petropavl q./г. Петропавловск



«Iskander Day'tov atyndağ'y Petropavl qalasyнын' qyzmet ko'rsety' salasy kolledji» КММ
КГУ «Колледж сферы обслуживания города Петропавловска имени Искандера Даутова»

ДИПЛОМ

тағаратталады/вручается
студенту (ке) 15 группы

Шүншибаевой Мадине

за занятое III место

в личном зачете турнира по общей физической подготовке
и строевым действиям, посвященном 90-летию колледжа.

Direktor
Директор



А.Кожаметова

Petropavl q./г. Петропавловск