УТВЕРЖДЕНО

Председатель совета директоров профессиональных образовательных учреждений Саратовской области

_____ Д.Д. Каримов

28 сентября 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ОБЛАСТНОГО КОНКУРСА КРОССФИТ «А ТЫ ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ?»

среди обучающиеся профессиональных образовательных учреждений Саратовской области

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения Областного конкурса кроссфит «А ты готов к труду и обороне?» (далее – конкурс); устанавливает сроки и место проведения Конкурса; определяет основные направления работы Конкурса.

1.2. Организатором Конкурса является Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Саратовской области «Краснопартизанский политехнический лицей» (далее ГБПОУ СО «КПЛ»).

1.3. Информационно-методическое обеспечение проведения Конкурса осуществляет ГБПОУ СО «КПЛ».

2. Цели и задачи Конкурса

2.1. Основная цель Конкурса - повысить у студентов интерес к сдаче норм ГТО, физической культуре и здоровому образу жизни.

2.2. Основные задачи Конкурса:

- популяризация и развитие направления кроссфит;
- привлечение молодежи к занятию спортом, сдаче норм ГТО;
- повышение спортивного мастерства;
- развитие физических качеств: выносливости, гибкости, скорости, координации, ловкости.

3.Участники Конкурса

3.Участники Конкурса

3.1 Участниками Конкурса кроссфит являются обучающиеся ПОО Саратовской области. Участие в конкурсе может принять только один участник от ПОО Саратовской области.

3.2. Соревнования проводятся в индивидуальном зачёте среди юношей или девушек 16-17 лет (VI ступень ГТО).

4.Порядок проведения конкурса

4.1. Конкурс проводится с 23.10.2023 по 30.10.2023 года.

Видеоматериалы, заявку на участие в конкурсе принимаются в срок до 30 октября 2023 года (включительно) на электронную почту cdtnf.nbrf@mail.ru с пометкой Кроссфит (ГТО).

Подведение итогов конкурса с 31.10.2023 по 06.11.2023 года.

4.2**.** Работы, подготовленные и присланные на конкурс с нарушением требований настоящего Положения, конкурсной комиссией не рассматриваются.

4.3. Конкурсные работы принимаются в формате видеоролика, на котором отображены:

- титульный лист образовательного учреждения;
- студенческое удостоверение обучающегося;
- визитная карточка конкурсанта;
- выполнение упражнений (правильность выполнения упражнений можно увидеть на официальном сайте ГТО):

1) бег на 100 метров

2) подтягивание из виса на высокой перекладине – 14 раз; девушки – на низкой перекладине 90 см – 20 раз

3) прыжки на гимнастическую скамейку юноши – 20 раз, девушки - 30 раз

4) Поднимание туловища из положения лежа на спине юноши – 40 раз, девушки - 30 раз.

5. Критерии оценки конкурсных работ

Жюри осуществляет оценку представленных видео роликов в соответствии с критериями оценки:

- время выполнения заданий (фиксация времени от начала выполнения **первого** испытания, останавливается по окончании **четвертого**);
- техника выполнения упражнений;

- количество выполненных повторов в заявленных упражнениях;
- эстетика выполнения задания.

6. Состав оргкомитета и жюри конкурса:

Гилёва Эльвира Петровна - заместитель директора по УВР 8-927-137-18-67

Шевченко Светлана Владимировна – руководитель физического воспитания – **организатор** 8-927-919-65-81

Крючков Роман Олегович – преподаватель-организатор ОБЖ 8-937-220-87-38

7. Определение и награждение победителей

8.1 Подведение итогов Конкурса **состоится 6 октября 2023 года**

8.3 Победители и призеры соревнований награждаются дипломами 1,2,3 степени. Участники, не занявшие призовые места, награждаются сертификатами за участие.

8. Информация об итогах

Информация об итогах Конкурса кроссфит оформляется протоколом и выставляется на сайтах: ГБПОУ СО «КПЛ» и сайте совета директоров ПОУ Саратовской области.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Заявка

на участие в Областном конкурсе кроссфит
«А ты готов к труду и обороне?»

Полное наименование профессиональной образовательной организации Саратовской области	
Сокращенное наименование профессиональной образовательной организации Саратовской области	
ФИО участника	
e-mail участника	
Действующий e-mail	
Контактный телефон участника	
Ф.И.О. руководителя подготовившего участника контактный телефон e-mail	

Директор _____ ИО ФАМИЛИЯ

(М.П.)