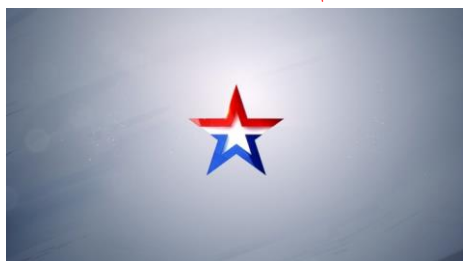


Методический конкурс педагогических работников образовательных организаций Костромской области
Номинация: Методические разработки по тематике воспитательного мероприятия

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «НА ПОСТУ»,
ПОСВЯЩЕННОГО ДНЮ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА**



Авторы: Ефименко М.А. – преподаватель ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Андреева М.И. – преподаватель ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Кострома, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Аннотация	2
Введение	4
1. Применение соревновательного метода в учебном процессе	5
2. Сценарий спортивного мероприятия «На посту»	10
Заключение	15
Литература	16
Приложения	17

АННОТАЦИЯ

Методическая разработка спортивного мероприятия «На посту», посвященного Дню защитника Отечества, представляет собой соревнования, направленные на развитие физических навыков юношей-допризывников и устойчивой мотивации служить в рядах Российской Армии.

Методическая разработка предназначена для преподавателей физической культуры профессиональных образовательных организаций.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность данной методической разработки состоит в том, что в современном мировом сообществе происходит постепенная девальвация традиций патриотического воспитания, происходит опасный идеологический процесс пересмотра результатов Второй мировой войны.

Возрождение неонацизма – тревожная тенденция стран, граничащих с РФ. События последних дней на Украине – яркое подтверждение данной тенденции. Сегодня будущие военнослужащие российских ВС, чаще всего, обучающиеся системы профессионального образования. Готовность к службе в рядах Вооруженных Сил России – это симбиоз физической и нравственной подготовки молодых людей к выполнению патриотического долга.

В этом направлении трудно переоценить значение уроков физической культуры и системы внеурочной спортивной деятельности в ПОО СПО.

Методические рекомендации составлены в соответствии с современными психолого-педагогическими требованиями к проведению спортивного мероприятия по физической культуре и удовлетворяют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта СПО и могут быть рекомендованы преподавателям для проведения внеаудиторных занятий по физической культуре, использованы в работе спортивных секций, военно-патриотических объединений молодежи.

В подготовке допризывников необходимо больше внимания уделять развитию у них физических качеств, способствующих успешному выполнению обязанностей военнослужащего.

Такие физические качества как сила, гибкость, быстрота, выносливость необходимы человеку и в повседневной жизни. Для развития этих качеств, наряду с эффективным использованием учебного времени на уроках

физкультуры, юношам требуются тренировки в спортивных секциях, самостоятельные занятия.

Физическая подготовка допризывника – это целенаправленное развитие физических способностей (силы, скорости, координации, выносливости, гибкости) и повышение функциональных возможностей систем организма.

Успешность в решении задач физической подготовки зависит от правильного выбора упражнений общеразвивающей направленности и специальных подготовительных упражнений.

Физическая подготовка допризывника должна быть непрерывной и круглогодичной. Занятия следует проводить не реже двух-трех раз в неделю: в спортивном и тренажерном зале; на спортивной площадке; на местности.

Физические нагрузки должны соответствовать состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся.

В системе занятия физической нагрузки по объему не должны быть одинаковыми и стандартными. Если нагрузка остается прежней и не меняется, то ее воздействие становится привычным и перестает быть развивающим стимулом. Поэтому постепенное увеличение физической нагрузки – необходимое требование физической подготовки.

Спортивное мероприятие «На посту» нацелено, в том числе, на решение целого комплекса воспитательных задач.

Мероприятие ориентировано на юношей 1-3 курсов колледжа, т.е. будущих призывников.

Цель методической разработки: представление опыта проведения мероприятия для обучающихся допризывного возраста в формате соревнований.

Задачи методической разработки:

1. Определение педагогического замысла мероприятия
2. Разработка плана и сценария мероприятия

3. Представить опыт проведения соревнования
4. Разработка рекомендаций для преподавателей физической культуры.

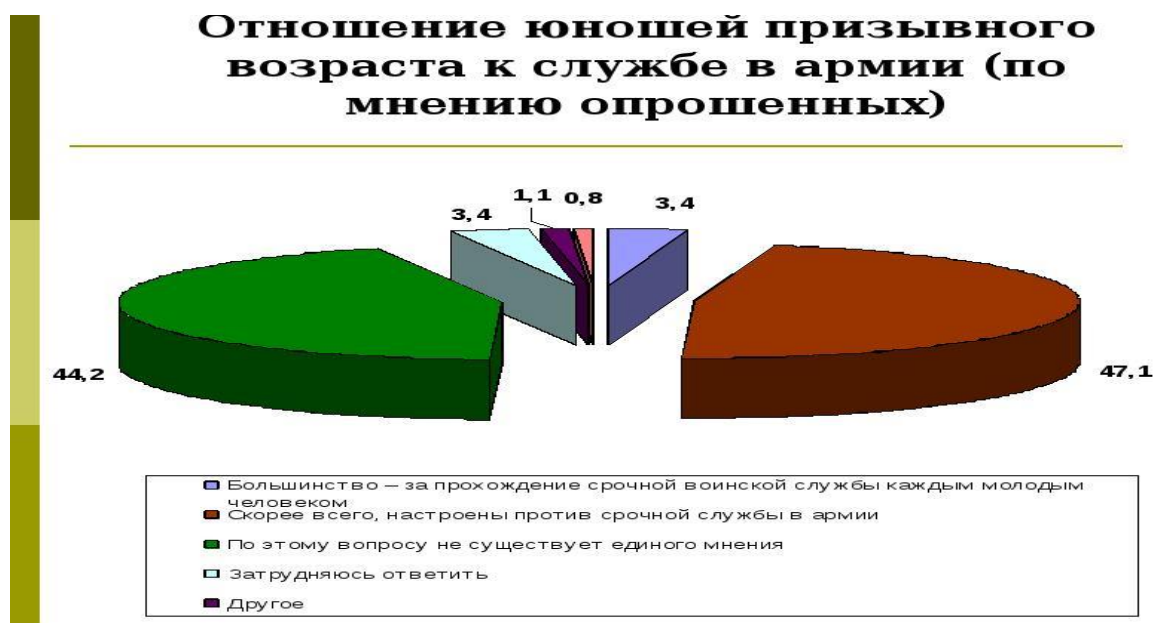
1. ПРИМЕНЕНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО МЕТОДА В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Применение соревновательного метода в учебном процессе по физическому воспитанию позволяет, добиться более высоких показателей в физическом развитии, а сами занятия сделать более интересными.

Соревновательный метод исключает принуждение к учению: обучение идет через игру и соревнование, способствует движению вперед, обеспечивает постепенное развитие волевых качеств, личной ответственности. Этот метод помогает студенту полностью раскрыться. Средства физической культуры оптимальны для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. Порой приходится студенту победить себя, проявить лучшие физические и психические качества, о которых студент и не подозревал. Этот метод помогает студенту полностью раскрыться. Стимулирует интерес к занятиям.

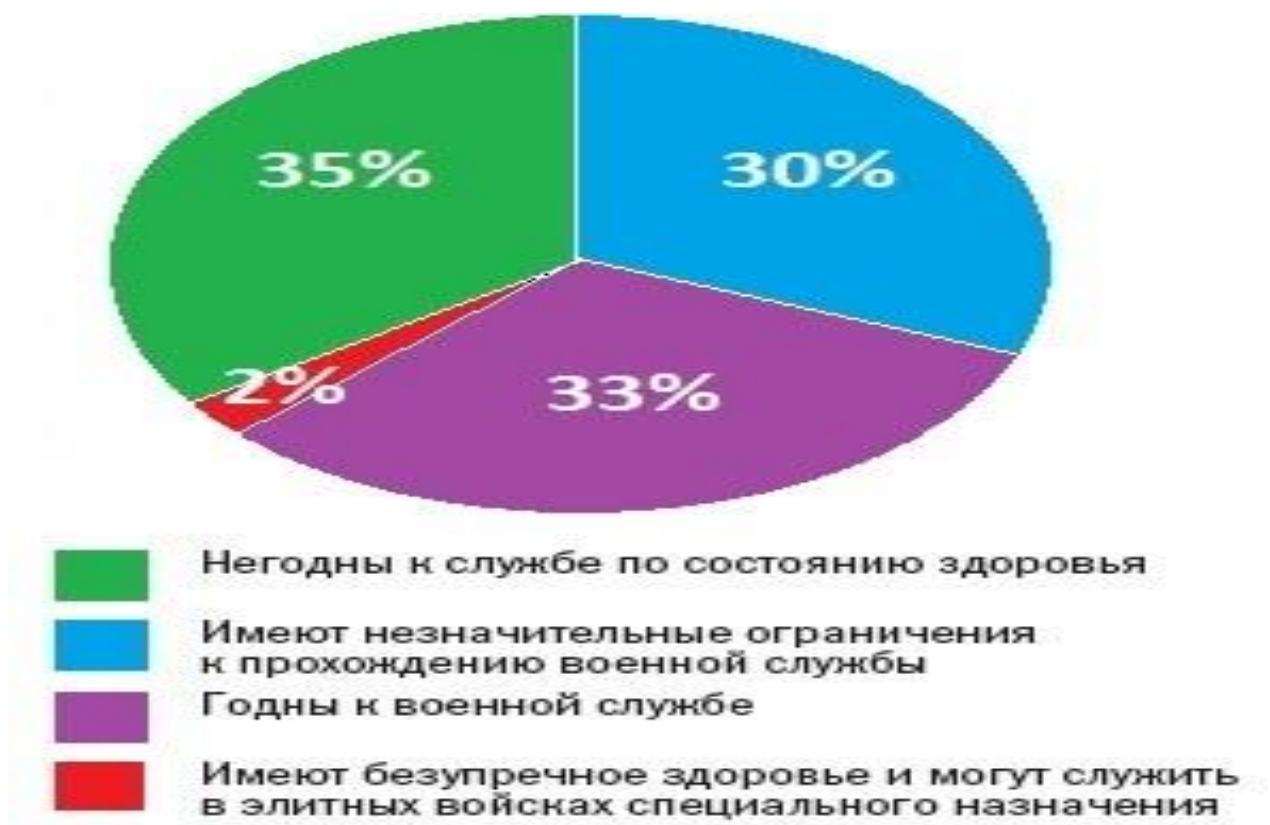
Цели и задачи соревнования четко формулируются. Определяется объём общих компетенций, которые должны быть освоены обучающимися в рамках проведения данного мероприятия. Структура мероприятия представлена в виде сценария мероприятия. Организация соревнования, как и само его проведение, чрезвычайно ответственное дело. Ход каждого этапа соревнования обуславливается Положением (Приложение № 1), в котором определяются цели и задачи, время и сроки проведения, состав команд, а также другие требования, которые уравнивают условия всех участников.

От его продуманности и четкости зависит не только массовость, но и уровень достижений в ходе соревнований. Применение соревновательного метода в учебном процессе по физическому воспитанию позволяет добиться более высоких показателей в физическом развитии, а сами занятия сделать более интересными.



Данные опроса ВЦИОМ (2021г)

Итоги призыва на военную службу за 2019-2021 года.



Одним из приоритетов патриотического воспитания обучающихся является формирование у студентов чувства уважения к традициям нашей страны, почитание старшего поколения, бережного отношения к памяти прошлого.

Военная история нашей страны полна героики, истинного патриотизма, насыщена интереснейшими, подчас драматическими событиями, представлена удивительными, уникальными личностями. Всё это даёт богатый материал для реализации высоких целей гражданского и патриотического воспитания обучающихся. Гражданско-патриотическое воспитание подрастающего поколения – залог стабильного развития России в будущем. Этот процесс длительный по времени, сложный по содержанию и достаточно разбалансированный с точки зрения методического осуществления.

Современное понимание патриотизма характеризуется многовариантностью, разнообразием и неоднозначностью.

В современных условиях развития российского государства одной из важнейших проблем, требующей решения, является необходимость обеспечения единства и целостности страны, что особенно важно в связи с последними эпидемиологическими и внешнеполитическими событиями. Поэтому государство делает акцент на воспитание гражданина РФ, физически развитого человека, патриота - носителя ценностей гражданского общества.

В условиях становления гражданского общества и правового государства задачей учебных заведений является воспитание принципиально нового, демократического типа личности, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы.

Новое время требует от системы СПО формирования не только профессиональных качеств у студентов, но и формирование активной жизненной позиции подрастающего поколения России. Активная жизненная позиция юных граждан нашего общества не может формироваться без патриотического воспитания. Основными ориентирами патриотического воспитания являются физическое развитие студентов, высокие этические нормы поведения, активная гражданская позиция, стремление к духовному обогащению и развитию, чувство патриотизма, гуманизма и толерантности, почитание лучших традиций семьи, народа и др.

События недавнего прошлого страны подтвердили, что экономическая дезинтеграция, социальная дифференциация общества, девальвация духовных ценностей оказали негативное влияние на общественное сознание большинства социальных и возрастных групп населения страны, резко снизили воспитательное воздействие физического и военно-патриотического характера, искусства и образования как важнейших факторов формирования

патриотизма. Стала все более заметной постепенная утрата нашим обществом традиционно российского патриотического сознания. Объективные и субъективные процессы существенно обострили национальный вопрос. Патриотизм кое-где стал перерождаться в национализм. Во многом утрачено истинное значение и понимание интернационализма. В общественном сознании получали широкое распространение равнодушие, эгоизм, индивидуализм, цинизм, немотивированная агрессивность, неуважительное отношение к государству и социальным институтам. Сегодня данные тенденции постепенно корректируются, в чем немалую роль, на наш взгляд, сыграла российская система образования, в том, числе, и профессионального.

Тема мероприятия заключает в себе большой воспитательный потенциал, обладает положительной энергетикой, способствует улучшению микроклимата в студенческих группах. Также мероприятие нацелено на освоение навыков и умений самостоятельного выполнения упражнений различного типа, развитие физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости, на воспитание морально-волевых качеств личности: выдержки, уверенности в себе, чувства партнерства и взаимопомощи, настойчивости в достижении положительных результатов.

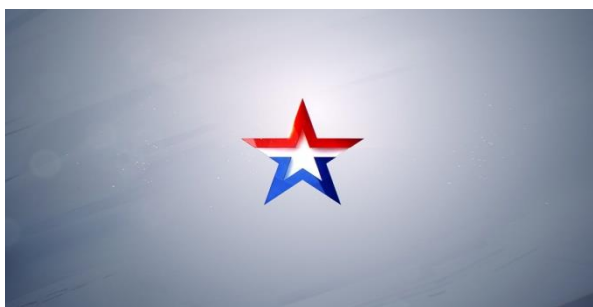
Тема эта актуальна, так как на конкретных примерах помогает воспитывать патриотизм, мужество и готовность юношей выполнить воинский долг. Соревнование ориентировано на формирование у студентов гражданской компетентности, на возможность ответственно и эффективно реализовывать весь комплекс гражданских прав и обязанностей в демократическом обществе. Наши Вооруженные Силы постоянно пополняются молодежью, которая в короткие сроки должна овладеть военной службой для того, чтобы добросовестно выполнять требования воинских уставов и активно участвовать в многогранной общественной

жизни страны. Успехи призывника во многом находятся в прямой зависимости от целенаправленной работы преподавателей физической культуры и военно-патриотического воспитания. Эффективная система этого воспитания требует от проводящих ее в жизнь конкретных дел, связанных с любовью к своему государству и к его народу .

Цель мероприятия:

Образовательная: освоение навыков и умений самостоятельного выполнения упражнений различного типа **Развивающая:** развитие физических способностей, силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости

Воспитательная: воспитание уважительного отношения к российской армии, формирование чувства патриотизма и гражданственности на примере исполнения воинского долга российскими ВС. Воспитание морально-волевых качеств личности: выдержки, уверенности в себе, чувства партнерства и взаимопомощи, настойчивости в достижении результатов.



2. СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «НА ПОСТУ»

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Сегодня, в день защитника Отечества, мы собрались в этом праздничном зале, чтобы засвидетельствовать свое уважение и почтение тем, кто носит воинскую форму.

Горячо и сердечно поздравляем всех присутствующих здесь мужчин и будущих призывников с этим прекрасным днем. Пусть ваша жизнь всегда

будет согрета теплом домашнего очага, любовью и вниманием родных и близких.

Ведущий предоставляет слово присутствующим гостям ветеранам.

Ведущий: сегодня в нашем спортивном зале будут проходить мероприятие, посвященное защитникам Отечества– это соревнование, которое потребует от вас силы, знаний и смекалки, а также оптимизма, физической силы и энергии.

Соревнование состоит из 4 этапов, за выполнение каждого задания Вам начисляются баллы.

Организаторы праздника желают Вам удачи, верят и надеются на то, что Вы всегда будете на посту, в любой момент сможете встать на защиту рубежей нашей Родины, всех граждан нашей любимой страны, как всегда делали Ваши деды и прадеды!

После выступления ветеранов, ведущий объясняет ход мероприятия.

Программа соревнований состоит из 4-х этапов:

1. Разборка - сборка автомата на время;
2. Стрельба из пневматической винтовки по мишени диаметром 45 см. сидя с упора на локти, расстояние 10 м.,3 пробных выстрела ,5 зачетных;
3. Подтягивание на высокой перекладине;
4. Бег 1000 метров в спортивном зале.

После объявления о ходе мероприятия участников делят на две группы:

* Первая группа выполняет стрельбу из пневматической винтовки.

* Вторая группа выполняет разборку-сборку автомата на время.

После выполнения первых двух этапов участники переходят на подтягивание.

Затем формируются группы для забега на дистанцию в 1000 м.

На каждом этапе закреплен судья-хронометрист. Судьи после выполнения задания подводят итоги как личного результата, так и командного. Итоги заносятся в сводный протокол.

По итогам выполнения всех 4 этапов главный судья определяет личное призовое место (I, II, III) и командное (I, II, III).

Ведущий: объявляет о всеобщем построении, передает слово главному судье.

Судья объявляет победителей и вместе с ветеранами производят почетное награждение.

Ведущий: наши соревнования подошли к концу! Мы еще раз поздравляем наших ребят с днем защитника Отечества.

Желаем вам и в жизни также успешно преодолевать все препятствия!
Желаем вам богатырского здоровья и армейской силы духа! Всем спасибо за участие! Верим, что Вы всегда будете на посту!

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мероприятие, посвящено Дню защитника Отечества и апробировано для студентов «Костромского торгово-экономического колледжа». Готовясь к мероприятию, преподаватели хорошо должны представлять себе цели предстоящего мероприятия. Следовательно, планировать работу необходимо заранее, чтобы студенты уже в процессе подготовки к мероприятию могли получить новые знания.

Этапы спортивного мероприятия тесно взаимосвязаны между собой, чередуются различные виды деятельности. Умственные действия опираются и подкрепляются практическими.

Каждый этап соревнования, соответствует своему назначению, все части взаимосвязаны.

Структура спортивного мероприятия соответствует требованиям ФГОС:

1. Ориентация на новые образовательные результаты (личностные, метапредметные, предметные)
2. Нацеленная деятельность на формирование УУД.

1 этап мероприятия – организационный. Цель данного этапа – подготовить студентов к четкой работе. Оборудование для мероприятия подготовлено заранее, состояние зала соответствует санитарным требованиям. Подготовка студентов к соревнованиям. Обучающиеся сразу входят в ритм соревнований.

2 этап – групповая работа обучающихся. Цель – сформировать у студентов навыки работы с заданиями. Обучающимся дается четкая инструкция необходимая для работы с заданиями.

3 этап - Подведение итогов соревнования. Обучающимся предлагается высказать свое мнение по результативности занятия. Цель – научить студентов делать выводы.

4 этап – Рефлексия и оценивание. Оценка и самооценка деятельности на мероприятии. Студенты оценили не только свою деятельность, но и деятельность однокурсников.

Вывод: учебное время на мероприятие использовалось эффективно, запланированный объём выполнен. Интенсивность мероприятия была оптимальной с учётом физических и психологических особенностей студентов.

Обучающиеся сразу включились в процесс соревнования, они были заинтересованы, проявляли активность и ответственность при выполнении заданий. Задания, данные преподавателем, выполняли с интересом. Эмоциональный фон соревнований положительный. Предложенная нагрузка была оптимальной для обучающихся. План мероприятия выполнен, и поставленные цели и задачи были реализованы в полной степени.

Предложенная методическая разработка носит воспитательный характер (заключает в себе большой воспитательный потенциал).

Материалы могут быть использованы в работе по патриотическому и физическому воспитанию учащихся. Они помогут в увлекательной и интересной форме расширить и углубить знания студентов.

Принципы, примененные преподавателем на спортивном мероприятии для обеспечения эффективной самостоятельной работы студентов:

- повышение интереса к занятиям (принцип сознательности);
- организация взаимообучения и взаимопомощи (принцип активности);
- правильное распределение материала (принцип доступности);
- умение контролировать свои действия, эмоции, оценивать результат (принцип прочности).

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Применить соревновательный метод.
2. Применить виды состязаний.
3. Применить критерий оценок за каждый вид состязаний.
4. Применить комплекс заданий на соревнование подготовленности студента.

При проведении мероприятия следует обратить внимание:

- На мероприятие допускаются студенты, прошедшие инструктаж по ТБ.
- Следить за выполнением ТБ-мероприятия
- При выполнении стрельбы строго соблюдать технику безопасности
- Обратить внимание на качество выполнения заданий состязаний
- Грамотно дозировать нагрузку.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базовый учебник Решетников Ю.Л., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования. -М.:2017 г.
2. Теория и методика обучения физической культуре, Тиссен П.П., Ботагариев Т.А., 2019.
3. Книга учителя физической культуры Г. Погодаев, Изд. Физкультура и спорт 2010 г.
4. Настольная книга учителя физической культуры: методическое пособие/ В.С.Овчаров. - Минск: Сэр-Вит, 2008. - 200 с. - (Мастерская учителя).
5. Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний(тестов) ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).

План спортивного мероприятия «На посту»

К участию в соревнованиях допускаются юноши допризывного возраста не моложе 16 лет, не служившие в армии. Соревнования проводятся в единой возрастной группе. Форма одежды - спортивная.

В соревнованиях участвуют от каждой группы колледжа - 2 юноши:

Программа соревнований состоит из 4-х этапов:

1. Разборка - сборка автомата на время;
2. Стрельба из пневматической винтовки по мишени диаметром 45 см. сидя с упора на локти, расстояние 10 м., 3 пробных выстрела, 5 зачетных;
3. Подтягивание на высокой перекладине;
4. Бег 1000 метров в спортивном зале.

Каждое упражнение оценивается по 100 бальной оценочной таблице.

Инструктаж по технике безопасности

1. На мероприятии студент должен быть в спортивной форме и обуви;
2. Необходимо внимательно слушать и неукоснительно выполнять инструкции преподавателя.
3. Необходимо снять с себя и убрать из карманов все предметы, которые могут представлять собой опасность при занятиях физкультурой – браслеты, перстни, часы и так далее.
4. Выполнять упражнения и брать спортивный инвентарь можно только после соответствующего разрешения преподавателя.
5. Во время упражнений выполнять соответствующие правила техники безопасности: соблюдать дистанцию, избегать несанкционированных падений, столкновений и так далее.
6. При ухудшении самочувствия или получении травмы обучающийся обязан немедленно прекратить занятие физическими упражнениями и сообщить об этом преподавателю.
7. Из зала уходить только по разрешению преподавателя.
8. Студенты после разрешения преподавателя по физкультуре организованно и спокойно покидают место спортивных состязаний и идут в раздевалку.

Правила соревнований

*Прославленный русский полководец Суворов говорил:
«Трудно в учении – легко в бою».*

1. Соревнуемся не ради корысти, а ради удовольствия – своего и других.
2. Обидно, когда проигрываешь, но все равно не мухлой и не злись.
3. Будь стойким: не унывай при неудаче и не злорадствуй.
4. Если выиграл – радуйся, но не зазнавайся!
5. Не упрекай партнера за промахи, старайся поправить беду своими успехами.
6. Сохраняй спокойствие независимо от исхода игры.

Сводный протокол

Сумма очков 3-х лучших участников:

Протокол стрельба

ФИО	Группа	Результат	Очки

Протокол автомат

ФИО	Группа	Результат	Очки

Протокол подтягивание

ФИО	Группа	Результат	Очки

Протокол бег 1000м

ФИО	Группа	Результат	Очки

Оценочная таблица.

Разборка и сборка автомата.		Стрельба из пневматической винтовки.		Подтягивание на высокой перекладине.		Бег на 1000 м.	
время	баллы	сумма	баллы	кол. раз	баллы	время	баллы
0,25	92	50	92	50	92	2,50	92
0,28	90	49	90	49	90	3,00	90
0,31	88	48	88	48	88	3,10	88
0,34	86	47	86	47	86	3,20	86
0,37	84	46	84	46	84	3,30	84
0,40	82	45	82	45	82	3,40	82
0,43	80	44	80	44	80	3,50	80
0,47	78	43	78	43	78	4,00	78
0,50	76	42	76	42	76	4,10	76
0,53	74	41	74	41	74	4,20	74
0,56	72	40	72	40	72	4,30	72
1,00	70	39	70	39	70	4,40	70
1,03	68	38	68	38	68	4,50	68
1,06	66	37	66	37	66	5,00	66
1,09	64	36	64	36	64	5,10	64
1,12	62	35	62	35	62	5,20	62
1,15	60	34	60	34	60	5,30	60
1,18	58	33	58	33	58	5,40	58
1,21	56	32	56	32	56	5,50	56
1,24	54	31	54	31	54	6,00	54

1,27	52	30	52	30	52	6,10	52
1,30	50	29	50	29	50	6,20	50
1,33	48	28	48	28	48	6,30	48
1,36	46	27	46	27	46	6,40	46
1,39	44	26	44	26	44	6,50	44
1,41	42	25	42	25	42	7,00	42
1,44	40	24	40	24	40	7,10	40
1,47	38	23	38	23	38	7,20	38
1,50	36	22	36	22	36	7,30	36
1,53	34	21	34	21	34	7,40	34
1,57	32	20	32	20	32	7,50	32
2,00	30	19	30	19	30	8,00	30
2,03	28	18	28	18	28	8,10	28
2,06	26	17	26	17	26	8,20	26
2,09	24	16	24	16	24	8,30	24
2,11	22	15	22	15	22	8,40	22
2,14	20	14	20	14	20	8,50	20
2,17	18	13	18	13	18	9,00	18
2,20	16	12	16	12	16	9,10	16
2,23	14	11	14	11	14	9,20	14
2,26	12	10	12	10	12	9,30	12
2,29	10	9	10	9	10	9,40	10
2,31	8	8	8	8	8	9,50	8
2,34	6	6	6	6	6	10,00	6
2,37	4	5	4	5	4	10,10	4
2,40	2	4	2	4	2	10,20	2

ГЛОССАРИЙ

1. Армия (от лат. *armare* «вооружать») — историческое название **вооружённых сил**. В военном деле Руси **вооружённые силы** назывались «ратью». В Русском царстве **вооружённые силы** назывались «войском».

2. Коллаборация (сотрудничество) — процесс совместной деятельности в какой-либо сфере двух и более людей или организаций для достижения общих целей, при котором происходит обмен знаниями, обучение и достижение согласия (консенсуса).

3. Поверка и проверка очень схожи как по звучанию, так и по смыслу, но отличие всё же есть. Проверка подразумевает контроль, оценку и анализ чего-либо. Например, проверка приборов на работоспособность. Поверка — это тоже проверка, но только числовая (количественная).

Например, проводя проверку домашних счётчиков воды (газа) могут проверять внешнее состояние, работоспособность, соответствие модели и т.д. А вот, проводя поверку данных счётчиков, в область наблюдения попадает только правильность измерения (счёта) устройства или количество уже измеренных единиц. Если вернуться к вечерней поверке в армии, то цель её определить количество присутствующих человек в роте.

4. Пропедевтика (*предварительно обучаю*) — введение в какую-либо науку, предварительный вводный курс, систематически изложенный в сжатой и элементарной форме.

5. Пульсометрия от лат. *pulsus* — удар, толчок и греч. *metreo* — измеряю) — измерение частоты пульса. Ее изменение интегрально отражает различные стороны психофизиологического напряжения: мышечного, терморегуляторного, нервно-эмоционального и др.

Поэтому частота пульса при осуществлении той или иной деятельности может использоваться для оценки степени сложности выполняемых трудовых операций. Увеличение частоты пульса отмечается при мышечной работе, эмоциональном возбуждении и в меньшей степени — при напряженной умственной деятельности. В моменты выраженного напряжения частота пульса (частота сердечных сокращений) может достичь 150—180 ударов/мин. Чаще всего в экспериментах при оценке функциональных состояний с использованием П. из всей информации, содержащейся в записях, учитываются частота и длительность сердечных циклов (преимущественно расстояние между высоко амплитудными

зубцами). Показателями, используемыми для оценки функциональных состояний, являются средняя частота сердцебиений и коэффициент вариативности длительности сердечных циклов.

5. Физическая нагрузка— это определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся.

Доза нагрузки — это определенная ее величина, измеряемая параметрами объема и интенсивности.

Дозировать нагрузку — значит строго регламентировать ее объем и интенсивность.

Объем нагрузки определяется количеством выполненных упражнений, затратами времени на занятия, километражем преодоленного расстояния (дистанции) и другими показателями.

Интенсивность характеризуется показателями темпа и скорости движений, ускорения, частоты сердечных сокращений и др.

«Утверждаю»

Директор ОГБПОУ

«Костромской торгово-экономической колледж»

 Пермнинова В. В.

01/02/2022г.

Положение

о проведении открытых лично - командных соревнований по военизированной многоборью среди юношей допризывного возраста ОГБПОУ «Костромской торгово-экономической колледж» «К службе в армии готов!», посвященных Дню защитника Отечества. -

1. Цели и задачи:

- подготовка обучающейся молодежи к службе в Вооруженных силах РФ;
- популяризация военной службы в Вооруженных силах РФ;
- привлечение учащейся молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- знакомство с оружием и выполнение нормативов по сборке и разборке оружия, стрельбе;
- выявление наиболее подготовленных к службе в Вооруженных силах допризывников и команд;
- патриотическое воспитание обучающейся молодежи;
- профориентационная работа среди учащихся школ г. Кострома.

2. Организаторы

Соревнование по военизированной многоборью среди юношей допризывного возраста организуется и проводится оргкомитетом, состоящим из представителей Администрации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономической колледж» и других заинтересованных лиц и организаций. Непосредственная координация и взаимодействие осуществляется на уровне межшкольных отношений «Физическая БГ» ОГБПОУ «Костромской торгово-экономической колледж» и команды «Служба в армии готов!» колледжа.

3. Мероприятие разработали:

4. Место и время проведения.

Внеконкурсное многоборье проводится 21 февраля 2021 года в ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж» по адресу: г. Кострома, ул. Долматова, 25А, тел (4942) 31-10-08, E-mail: ktek44@yandex.ru.

Судьи соревнований: преподаватели физической культуры «Костромской торгово-экономической колледж» Ефименко М.А., Андреева М.И., Корникова М. Р., Осипова С.А.

5. Участники соревнований.

К участию в соревнованиях допускаются юноши и девушки в возрасте не моложе 16 лет, не служившие в армии. Соревнования проводятся в единой возрастной группе. Форма одежды - спортивная.

В соревнованиях участвуют:

- от каждой группы колледжа - 2 юноши;

6. Программа соревнований.

Программа соревнований состоит из 4-х видов упражнений:

1. Разборка - сборка автомата на время;
2. Стрельба из пневматической винтовки по мишени диаметром 45 см, сидя с упора на локти, расстояние 10 м, 2 пробных выстрела 5 метных;
3. Подтягивание на высокой перекладине;
4. Бег 1000 м в спортивном зале.

Каждое упражнение оценивается по 100 бальной оценочной таблице.

7. Определение победителей.

Личное первенство среди юношей определяется по наибольшей сумме очков, набранных участником во всех 4-х видах программы. При равенстве набранных очков преимущество отдается участнику, имеющему больше очков (лучший результат) в беге на 1000 м. Личное первенство определяется среди всех участников соревнований.

- среди учебных групп КТЭК (по наибольшей сумме набранных очков двумя участниками);

8. Награждение.

Участники, занявшие 1,2,3 места в личном первенстве награждаются дипломами, медалями и призами организаторов.

Команды, занявшие Первые места в командном первенстве в обеих группах награждаются дипломами, кубками, призами организаторов. Команды, занявшие 2,3 места в командном первенстве в обеих группах, награждаются дипломами, призами организаторов.

9. Финансирование.

Финансирование расходов на организацию и проведение соревнований осуществляет ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж».

10. Заявки.

Заявки, заверенные врачом, классным руководителем или руководителем учреждения подаются в судейскую коллегию до 18 февраля 2022 года включительно.

11. Порядок проведения соревнований:

21 февраля 2022 года в 12.00 в спорт зале КТЭК

21 февраля 2022 года:

- 12.00 - 12.30 - торжественное открытие (спортивный зал КТЭК);
- 12.30 -13.15 - стрельба юношей (спортивный зал КТЭК);
- 13.20 - 13.50 -разборка - сборка автомата (спортивный зал КТЭК);
- 13.55 - 14.20 -подтягивание (спортивный зал КТЭК);
- 14.25 - 14.50-бег 1000 м. (спортивный зал КТЭК);
- 14.55 - 15.10 –торжественное награждение, закрытие соревнований.

Положение принято на заседании цикловой комиссии методической комиссии Физвоспитания в Б.Б.

Протокол №3 от 15.02.2021 г. Председатель ЦМК



Андреева М.И.