

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

**УЧРЕЖДЕНИЕ «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА
УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ»**

**Организация спортивно-массовых
и физкультурно-оздоровительных
мероприятий с учащимися**

Методические рекомендации.
(переработанные и дополненные)

2004г.

Методические рекомендации разработаны методистом высшей категории А.Д. Канищевым и заместителем директора учреждения «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» В. С. Овчаровым.

Содержание методических рекомендаций основано на действующих нормативных документах Министерства образования, Министерства здравоохранения и Министерства спорта и туризма Республики Беларусь 2000-2004 годов.

Методические рекомендации адресованы педагогическим работникам учреждений образования, организаторам отделов образования, руководителям методических объединений учителей физической культуры, социальным педагогам, всем, кто занимается организацией и проведением спортивных соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми и молодёжью, а также могут быть полезны учащимся и студентам педагогических учебных заведений республики.

Методические рекомендации утверждены Советом директоров учреждения «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» (протокол №3 от 20.05.2003г.), рекомендованы Министерством образования Республики Беларусь для использования в учреждениях образования республики при организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований в течение учебного года, во время каникул, а также по субботам в свободный от уроков день.

ВВЕДЕНИЕ.

Одной из составных частей физического воспитания учащихся является внеклассная физкультурно-оздоровительная работа. Ее содержание тесно связано с действующими учебными программами по физической культуре. Являясь продолжением уроков физической культуры, внеклассная физкультурно-оздоровительная работа призвана углублять знания, совершенствовать умения и навыки, получаемые на этих уроках. Кроме этого, дополнительные физкультурные занятия, а также участие в спортивных соревнованиях позволяют учащимся укреплять свое физическое здоровье, повышать уровень физической подготовленности, получать всестороннее физическое развитие.

Внеклассные физкультурно-оздоровительные мероприятия являются одним из основных средств формирования здорового образа жизни учащихся, а также профилактики вредных привычек.

По своему содержанию и организации внеклассная работа должна отвечать таким требованиям, как массовость, воспитательная и развивающая направленность, свободный выбор учащимися вида занятий, соответствие содержания и методов организации занятий уровню развития и физической подготовленности детей, стимулированию физкультурной активности учащихся.

Внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с учащимися призвана решать следующие задачи:

- широкая пропаганда физической культуры и спорта как одного из средств формирования здорового образа жизни;
- укрепление здоровья, закаливание организма;
- повышение физической и интеллектуальной работоспособности учащихся;
- повышение уровня физической подготовленности с целью отбора кандидатов в сборные команды учреждений образования по видам спорта;
- развитие массовых видов спорта.

Организационной основой физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы внутри каждого учреждения образования является **внутришкольная круглогодичная спартакиада**. В соответствии с инструктивным письмом Министерства образования Республики Беларусь и Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 26 ноября 1998 года "О порядке организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий среди учащихся общеобразовательных школ, гимназий, лицеев, колледжей, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений" спартакиада учреждения образования должна включать в себя не менее шести обязательных видов спорта:

весенний или осенний кросс;

многоборье допризывника или соревнования по комплексу "Защитник Отечества";

одну из спортивных игр по выбору: волейбол, баскетбол, футбол, гандбол, настольный теннис;

легкоатлетическое многоборье (бег на короткую и длинную дистанции, прыжки в высоту или длину, метание мяча);

два вида по выбору: лыжные гонки, плавание, туристские соревнования, одна из невыбранных спортивных игр из пункта 3.

Кроме указанных видов спорта внутри каждого учреждения образования ежегодно должны проводиться **соревнования смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси».**

Решение об участии в районных и городских соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях, не вошедших в количество шести выбранных видов, принимается учебными заведениями самостоятельно.

Планировать и проводить соревнования и физкультурно-оздоровительные мероприятия с учащимися следует в первую очередь во внеурочные дни по субботам, а также в учебные дни в послеурочное время. При проведении соревнований и мероприятий в выходные и праздничные дни на основании приказа (распоряжения) по учебному заведению педагогическим работникам предоставляется компенсация в соответствии с действующим законодательством.

Все соревнования должны начинаться с подъёма и заканчиваться спуском государственного флага под звуки гимна Республики Беларусь.

При проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий администрация и учителя (преподаватели) должны в обязательном порядке соблюдать Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в учебных заведениях Республики Беларусь (общеобразовательные школы, гимназии, лицеи, колледжи, ПТУ, ССУЗ).

УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Для организации круглогодичной спартакиады учреждения образования рекомендуется применять следующие формы проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий:

- соревнования по видам спорта по упрощённым правилам внутри классов (групп), между классами (группами);
- соревнования по видам спорта внутри классов (групп), между классами (группами);
- матчевые встречи между классами (группами);
- дни бегуна, метателя, прыгуна, спринтера, многоборца, гимнаста, баскетболиста и т.д. (проводятся как лично-командные, так и личные);
- открытые первенства учреждения образования по видам спорта (проводятся как лично-командные, так и личные, в которых могут принимать участие учащиеся других параллелей классов, курсов, а также учащиеся близлежащих учебных заведений, например, малокомплектных школ);
- туристские слёты и соревнования;
- дни "Здоровья" – проводятся как лично-командные (комплексное проведение соревнований: по народным, подвижным и спортивным играм, лёгкой атлетике, лыжным гонкам, спуску с гор на санях, гимнастике, допризывной подготовке и т.д.).

Соревнования по комплексу "Защитник Отечества" или многоборье допризывника следует проводить на основании действующего Положения о прикладном физкультурно-спортивном комплексе "Защитник Отечества",

утвержденного совместным приказом Министерства образования Республики Беларусь и Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 03.08.1998г. № 483/1135.

Соревнования по лыжным гонкам, плаванию, волейболу, баскетболу, футболу, гандболу, настольному теннису, туристские соревнования проводятся на основании действующих правил по этим видам спорта.

Соревнования по смотру уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных учебных заведений (городских и сельских), ПТУЗ и ССУЗ в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси" проводятся ежегодно на основании Положения, утверждаемого Министерством образования Республики Беларусь. Соревнования проводятся в течение учебного года в форме физкультурных праздников и организуются как самостоятельный вид круглогодичной спартакиады учреждения образования.

Проведение соревнований по таким видам спорта как волейбол, баскетбол, футбол, гандбол носят командный характер, по весеннему или осеннему кроссу, многоборью допризывника или соревнованиям по комплексу "Защитник Отечества, настольному теннису, легкоатлетическому многоборью, видам лёгкой атлетики, лыжным гонкам, плаванию, туризму носят лично-командный характер.

ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ КРУГЛОГОДИЧНОЙ СПАРТАКИАДЫ УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Рассмотрим примеры организации и проведения соревнований обязательных видов спорта, входящих в программу круглогодичной спартакиады учреждения образования.

ВЕСЕННИЙ ИЛИ ОСЕННИЙ КРОСС

Весенний или осенний кросс рекомендуется проводить на дистанциях, которые соответствуют Единой спортивной классификации Республики Беларусь (1,2,3,5,8,12 км - мужчины, 1,2,3,4,6 км - женщины), программам по физической культуре (V - VI кл. – 1 км, VI кл. – 2 км, VII – XI дев. – 2 км, VIII – XI юн. – 3 км), прикладному физкультурно-спортивному комплексу "Защитник Отечества" (юноши 15 лет и старше – 3 км).

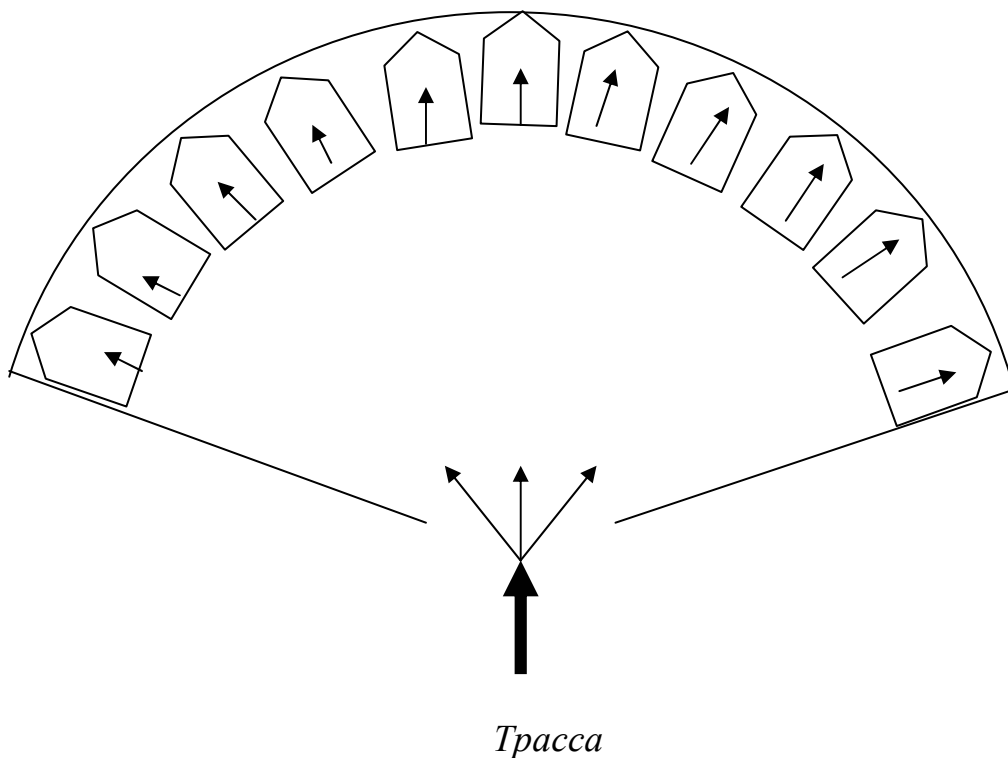
В качестве примеров предлагаем несколько вариантов проведения соревнований:

➤ Организация и проведение соревнований на основании и в соответствии с правилами проведения соревнований по лёгкой атлетике.

➤ При большом количестве команд и числе зачётных участников до 10 рекомендуется парный командный старт. Команды распределяются по парам в зависимости от занятого места на предыдущих соревнованиях по легкоатлетическому кроссу (первая стартует со второй, третья с четвёртой и т.д.), для более острозюжетного проведения соревнований рекомендуем старт начинать с пар занимающих последние места.

➤ Если нет необходимости проводить отбор учащихся для кросса на районном и выше административном уровнях, парный командный старт можно видоизменить и для воспитания командного духа и взаимовыручки учащихся, результат команде отсчитывать по последнему зачётному участнику.

➤ При наличии большой площадки для старта и финиша, хорошо подготовленный физкультурный актив и педагогический коллектив учебного заведения можно проводить соревнования по легкоатлетическому кроссу, применяя веерный финиш. При выбегании участников кросса с трассы на финишную площадку – радиусом 30 - 50 м определяется финишный сегмент и разбивается на одинаковые коридоры для финиширования.



При веерном финише на учебное заведение, которое проводит соревнования по трём возрастным группам, понадобится всего шесть забегов (три для юношей и три для девушек), т.к. все участники одной возрастной группы стартуют в одном забеге и финишируют в коридоре своего класса (группы).

Соревнования проводятся в один день, массово и красочно. Счётная бригада по времени, показанному участниками на дистанции, определяет победителей и призёров соревнований в каждой возрастной группе. По сумме времени зачётных участников определяется командное первенство среди классов (групп). Если сумма времени одинакова, то преимущество имеет класс (группа) где лучшая сумма у юношей. При проведении районных соревнований при равенстве суммы времени одного или нескольких учебных заведений преимущество получает команда, где лучшая сумма у юношей старшего возраста (курса), затем у девушек старшего возраста, у юношей среднего возраста и т.д.

При хорошей организации соревнований и работы счётной бригады через 1,5 - 2 часа после старта первого забега можно проводить награждение участников личного и командного первенства.

Для оценки результатов рекомендуем использовать таблицы действующих учебных программ по физической культуре для учащихся IV(V) – XI (XII) классов общеобразовательной школы (приложение 1), профессионально-технических и средних специальных учреждений образования, прикладного физкультурно-спортивного комплекса "Защитник Отечества", а также десятибальные или шестидесятибальные таблицы Республиканского смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси» (приложение 2). Для присвоения учащимся спортивных разрядов и званий необходимо использовать таблицы Единой спортивной классификации Республики Беларусь (приложение 3).

ЛЕГКОАТЛЕТическое многоборье

Соревнования по легкоатлетическому многоборью проводятся на основании действующих правил по лёгкой атлетике. Подведение итогов легкоатлетического многоборья рекомендуется проводить по предлагаемой таблице очков смотра уровня физической подготовленности учащихся (приложение 2).

ВИДЫ ПО ВЫБОРУ (ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ, ПЛАВАНИЕ, ТУРИСТСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ)

Соревнования по лыжным гонкам, плаванию, туристским соревнованиям проводятся на основании действующих правил по этим видам спорта. Плавание, туристские соревнования можно проводить по тем системам организации соревнований, которые наиболее подходят тому или иному учебному заведению исходя из традиций учебного заведения и контингента учащихся.

Предлагаем несколько вариантов проведения соревнований по лыжным гонкам.

➤ Организация и проведение соревнований на основании и в соответствии с правилами проведения соревнований по лыжным гонкам.

➤ При большом количестве команд и числе зачётных участников до 10 рекомендуется парный командный старт. Команды распределяются по парам в зависимости от занятого места на предыдущих соревнованиях (первая стартует со второй, третья с четвёртой и т.д.), для более остросюжетного проведения соревнований рекомендуем старт начинать с пар занимающих последние места.

➤ Если нет необходимости проводить отбор учащихся для участия в соревнованиях на районном и выше административном уровнях, парный командный старт можно видоизменить и для воспитания командного духа и взаимовыручки учащихся, результат команде засчитывать по последнему зачётному участнику (гонка патрулей).

СОРЕВНОВАНИЯ СМОТРА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ В РАМКАХ МОЛОДЁЖНОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ "ОЛИМПИЙСКИЕ НАДЕЖДЫ БЕЛАРУСИ"

Соревнования проводятся для общеобразовательных учебных заведений в четыре этапа - I этап - между классами учебного заведения; II этап - районные и городские; III этап - областные и г. Минска; IV этап - финальные республиканские; для профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в три этапа - I этап - между группами учебного заведения; II этап - областные и г. Минска; III этап - финальные республиканские.

Соревнования на I этапе проводятся в форме физкультурных праздников и организуются как самостоятельный вид круглогодичной спартакиады учащихся учебного заведения.

Прыжок в длину с разбега, бег 30, 60, 100 м, 600-3000 м, метание мяча с разбега выполняется согласно правилам проведения соревнований по легкой атлетике.

Бег 30, 60, 100 м проводится на 100-метровой прямой беговой дорожке с высокого старта. Результат фиксируется с точностью до 0,1 сек.

Челночный бег 4x9 м выполняется на половине волейбольной площадки, имеющей твердое покрытие. На лицевую линию кладут два бруска 50x50x100 мм на расстоянии 10 см друг от друга. По команде "Марш!" учащиеся стартуют от средней линии, подбегают к лицевой, берут один брусок, возвращаются к средней линии и кладут его на линию (бросать брусок запрещено!). Затем бегут к лицевой линии, берут второй брусок и финишируют на средней линии (брусок на линию не кладут). Если учащийся поскользнулся или упал, ему предоставляется одна дополнительная попытка. Результат бега измеряется с точностью до 0,1 сек.

Прыжок в длину с места выполняется толчком одновременно двумя ногами на твердом покрытии. Каждый учащийся выполняет 3 попытки подряд. В зачет идет лучший из трех результатов.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения вис хватом сверху. Во время выполнения упражнения не допускаются сгибания коленей и туловища, движения ногами, рывки и раскачивания, перехваты рук. Подтягивание засчитывается, если подбородок находится выше уровня перекладины, а при опускании руки полностью выпрямляются в локтевых суставах.

Поднимание туловища за 1 минуту выполняется девушками на гимнастических матах из исходного положения лежа на спине, руки скрестно перед грудью, ладони на плечевых суставах. Угол в коленном суставе 90 градусов, стопы зафиксированы на полу или прижимаются партнером к полу хватом за голеностопный сустав. Засчитывается количество наклонов туловища при касании локтями коленей с последующим касанием лопатками мата.

Метание мяча с разбега проводится на стадионе в секторе для метаний, ширина коридора 15 м.

Бег 600-3000 м проводится на круговой дорожке стадиона. Рекомендуются давать общий старт для класса, группы, а также отдельно для юношей и девушек.

СИСТЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

При организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий следует стремиться к оптимальным срокам их проведения. В зависимости от целей, задач, масштаба и ранга соревнований, наличия учебно-материальной базы, уровня подготовленности участников применяются различные системы их проведения.

Организация соревнований включает в себя такие подготовительные мероприятия как:

➤ подготовка и доведение до сведения подразделений учебного заведения Положения о круглогодичной спартакиаде, где оговариваются условия проведения соревнований по каждому виду спорта;

➤ сбор заявок от подразделений учебного заведения на участие в соревнованиях;

➤ проведение заседаний судейских коллегий с представителями команд, где должно быть оговорено:

- условия проведения соревнований;
- система проведения соревнований;
- утверждение принятых условий и системы проведения соревнований;
- жеребьёвка команд;
- составление программы (расписания) проведения соревнований.

Основное назначение жеребьёвки – присвоение участвующим командам (участникам) номеров. Жеребьёвка бывает общей для всех команд или с разбивкой на 2, 3 или 4 подгруппы (где первые 2, 3 или 4 команды сильнейшие, а под них проводится групповая жеребьёвка для остальных команд). Количество номеров соответствует числу участвующих в соревнованиях команд. Основное требование к жеребьёвке - это присутствие на ней всех представителей команд.

1. КРУГОВАЯ СИСТЕМА

При проведении соревнований по круговой системе каждая команда (участник) встречается с каждой командой (участником). Преимущество заключается в том, что объективно определяется победитель соревнований и места каждой команды (участника). Недостаток этой системы в том, что для проведения соревнований требуется очень много времени. При нечётном количестве команд, число игровых дней (игр) соответствует количеству команд, при чётном на один день (игру) меньше.

Количество дней (игр) определяется по формуле:

$$X = \frac{A(A-1)}{2}$$

Где X - число всех дней проведения (игр), A - число команд (участников).

Вариант 1.

Чётное количество команд (участников) – 6.

1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	5 тур
1-6	1-5	1-4	1-3	1-2
2-5	6-4	5-3	4-2	3-6
3-4	2-3	6-2	5-6	4-5

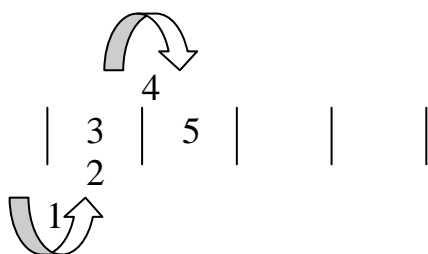
Нечётное количество команд (участников) – 5.

1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	5 тур
1-0	1-5	1-4	1-3	1-2
2-5	0-4	5-3	4-2	3-0
3-4	2-3	0-2	5-0	4-5

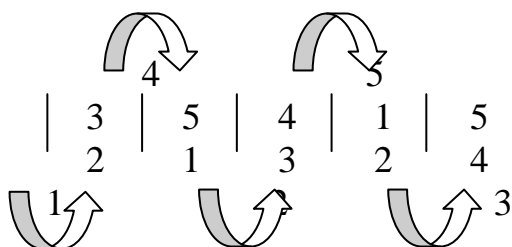
Первый тур составляют пары команд (участников), стоящие друг против друга (цифра "0" – для команды (участника) свободный день от игр). Пары на следующий тур соревнований составляются следующим образом: первая команда остаётся на месте, остальные передвигаются против часовой стрелки.

Вариант 2.

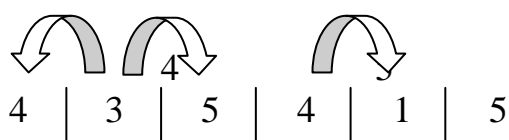
Для чередования игр на своём и чужом поле составляется таблица для нечётного количества команд (в нашем примере 5 команд, если чётное, то + 1). Для этого проводится нечётное количество вертикальных линий по количеству игровых дней (туров). Под первой линией ставится номер 1. Чтобы определить какое количество номеров ставить между линиями и какое число поставить над второй вертикальной линией, чётное число команд (при нечётном + 1) разделить на 2, + 1 и это число записать над второй вертикальной линией.

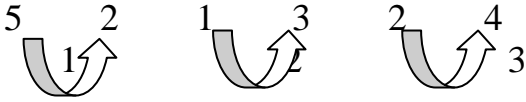


Далее по стрелкам пишутся номера в возрастающем порядке.



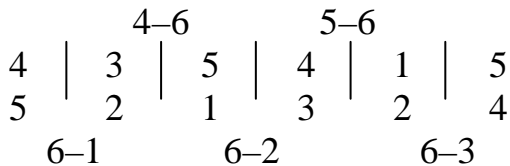
При составлении расписания на первый день, вокруг первой вертикальной линии следует написать номера команд против часовой стрелки





Команды, номера которых расположены под и над вертикальными линиями, будут свободными в этот тур от игры.

При чётном количестве команд к номерам, стоящим под и над чертой, добавляется номер последней команды (6). К номеру, написанному над чертой, добавляем цифру справа, а под чертой – слева. Сетка выглядит так:



Окончательно таблица игр составляется следующим образом: первыми записываются номера, стоящие справа от вертикальной черты, а вторыми – слева.

1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	5 тур
1–6	6–4	2–6	6–5	3–6
2–5	5–3	3–1	1–4	4–2
3–4	1–2	4–5	2–3	5–1

Команда, чей номер в таблице стоит первым, является "хозяином поля".

Вариант 3.

Этот вариант так же позволяет чередовать встречи на своём поле со встречами на поле соперника. Таблица составляется для нечётного количества команд. В первой колонке записываем игровые дни. Чтобы определить число колонок для составления пар, к числу команд прибавляем 1, делим полученное число на два и получаем количество колонок ($5+1=6:2=3$). Напротив первого игрового дня по горизонтали записываем номера команд по порядку - 1, 2, 3, затем против второго игрового дня записываем оставшиеся номера - 4, 5.

Так продолжаем заполнять таблицу.

Игровые дни	1 колонка	2 колонка	3 колонка
1	1	2	3
2	4	5	1
3	2	3	4
4	5	1	2
5	3	4	5

Затем от последнего календарного дня, справа от цифры, которая стоит в последней колонке и последней строке (5), пишутся цифры в обратном направлении, начиная с цифры 1 в возрастающем порядке, но в первую колонку цифры не пишутся.

Команда, у которой в этот игровой день нет пары, будет свободная от игр.

Игровые дни	1 колонка	2 колонка	3 колонка
1	1	2–5	3–4
2	4	5–3	1–2
3	2	3–1	4–5
4	5	1–4	2–3
5	3	4–2	5–1

Для чётного количества команд в первой колонке подставляем цифру 6.
В нечётные игровые дни проставляем с правой стороны, а в чётные с левой.

Игровые дни	1 колонка	2 колонка	3 колонка
1	1–6	2–5	3–4
2	6–4	5–3	1–2
3	2–6	3–1	4–5
4	6–5	1–4	2–3
5	3–6	4–2	5–1

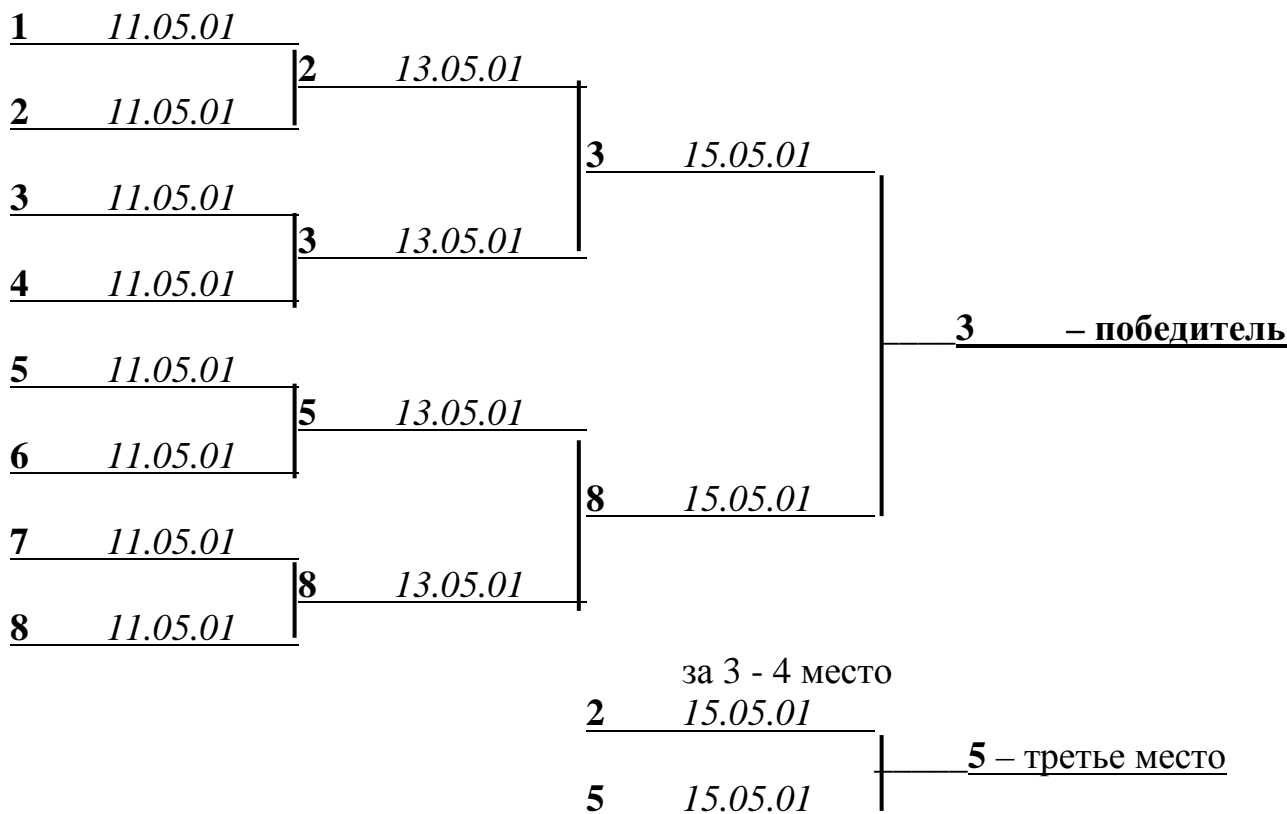
Команда, чей номер в таблице стоит первым, является "хозяином поля".

2. СИСТЕМА С ВЫБЫВАНИЕМ

Суть этой системы заключается в том, что команда (участник) выбывает из соревнований после первого или второго поражения. Преимущество заключается в том, что в короткие сроки проводятся соревнования с большим количеством команд (участников). Недостаток этой системы в том, что она не даёт возможности определить места всех команд (участников).

Вариант 1 - до первого поражения.

Жеребьёвкой определён номер команды. В протоколе команды располагают в колонку согласно полученным номерам. Рассмотрим число команд кратное 2^n , где n степень числа 2 (2,4,8,16,32,64 и т.д.). При этом числе команд они все вступают в игру с первого тура. Первый играет со вторым, третий с четвёртым и т.д. Победители первого тура играют попарно между собой как они записаны в сетке соревнований. Пары образуются сверху вниз. Тур, в котором встречаются 8 команд, называется четвертьфинальным, где 4 – полуфинальным и где 2 – финальным. Команды, проигравшие в полуфинале, разыгрывают между собой 3-4 места (в нашем примере 2 и 5).



Если число команд, участвующих в соревнованиях не кратно числу 2^n , то ряд команд начинает игры со второго тура. Число же команд, которые начинают игры с первого тура определяется по формуле:

$$X = (A - 2^n) \times 2$$

Где X - число команд начинающих соревнования с первого тура. A - число всех команд, n - степень числа 2, которое максимально приближено к числу участвующих в соревновании команд, но меньше его.

Пусть в соревнованиях участвуют 14 команд. Тогда $2^3 = 8$, а $2^4 = 16$. По условию подходит 8. Следовательно, $n = 3$. Подставляем его в формулу:

$$X = (A - 2^n) \times 2 = (14 - 2^3) \times 2 = (14 - 8) \times 2 = 6 \times 2 = 12.$$

Т.е. в первом туре в соревнованиях участвует 12 команд, а 2 команды в этом туре будут свободны от игр.

Пусть в соревнованиях участвует 35 команд. Максимально приближённое число 2^n , к числу участвующих команд будет $2^5 = 32$.

$$X = (A - 2^n) \times 2 = (35 - 2^5) \times 2 = (35 - 32) \times 2 = 3 \times 2 = 6.$$

Т.е. в первом туре в соревнованиях участвует 6 команд, а 29 команд в этом туре будут свободны от игр.

После первого тура в соревнованиях должно остаться 2^n (2,4,8,16,32,64,128 и т.д.) команд.

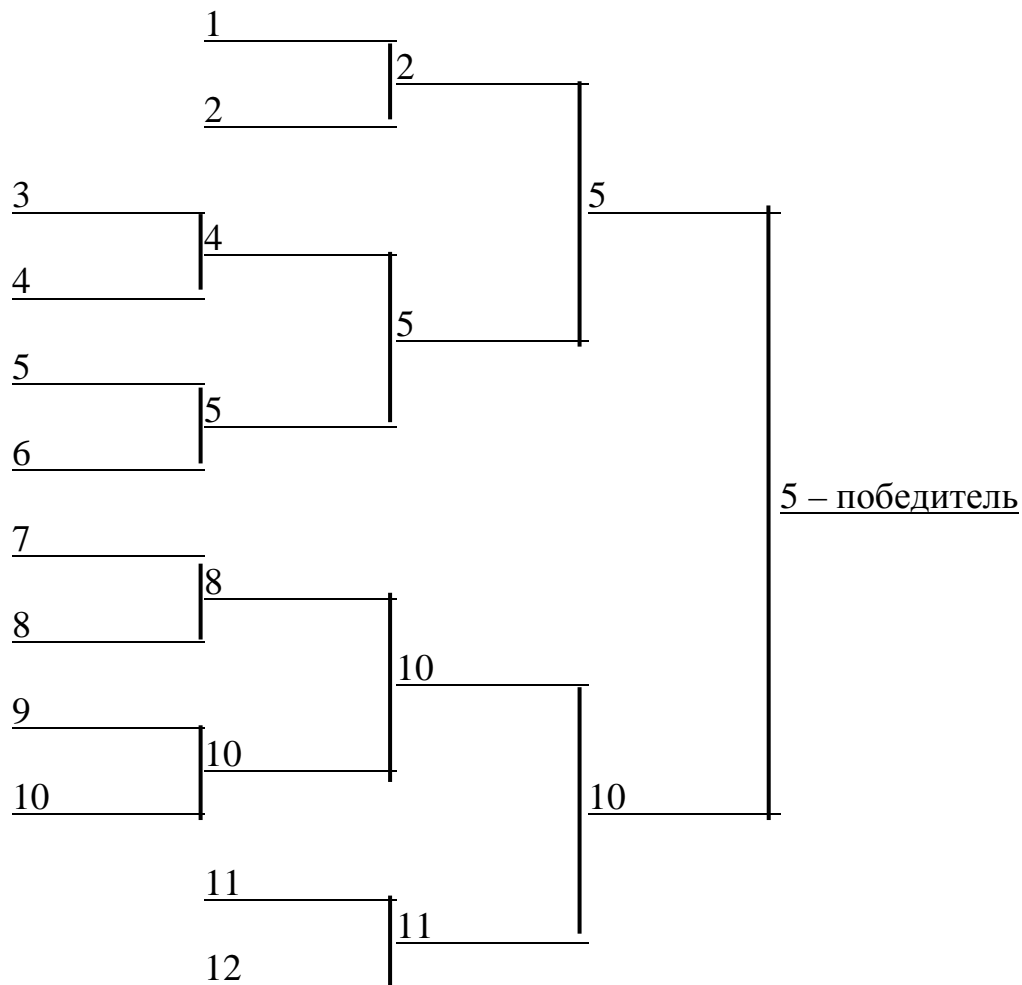
Для того чтобы определить, какие команды начинают играть в первом туре, поступают так: команды, имеющие средние номера играют в первом туре, а

команды, имеющие крайние номера, со второго. Если команд чётное количество, то сверху и снизу в первом туре свободны от игр равное количество команд. Если команд нечётное число, то снизу не играет в первом туре на одну команду больше, чем сверху. Рассмотрим это на конкретном примере. Пусть в соревнованиях участвует 12 команд. Тогда число участвующих команд в первом туре равно:

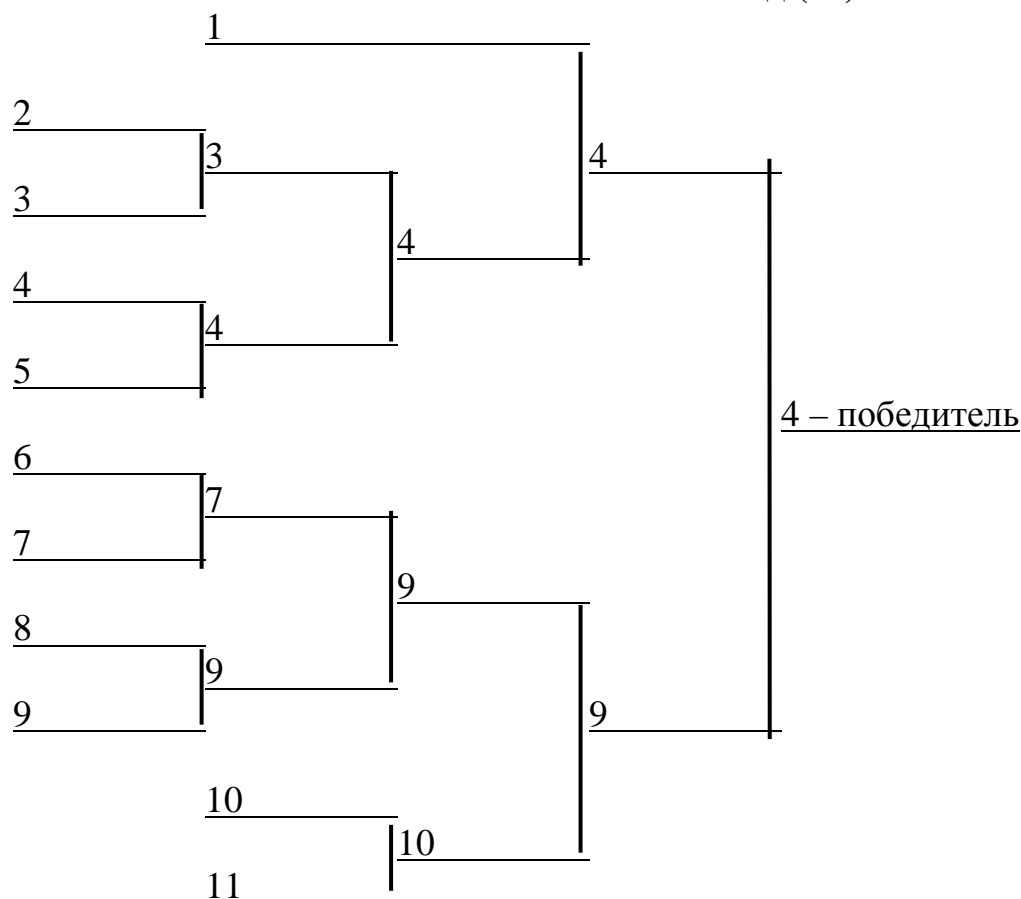
$$X = (A - 2^n) \times 2 = (12 - 2^3) \times 2 = (12 - 8) \times 2 = 4 \times 2 = 8.$$

Следовательно, в первом туре в соревнованиях принимают участие команды, номера которых с 3 по 10. Свободны от игр команды, номера которых 1,2,11,12.

Чётное количество команд (12).



Нечётное количество команд (11).



В практике, чтобы исключить элемент случайности применяют жеребьёвку с рассеиванием. Так команды 1 и 11 были победителями предыдущего соревнования. Тогда одну команду записываем под первым номером, а вторую под последним. При удачном выступлении эти команды могут встретиться между собой только в последнем туре.

Вариант 2 - до двух поражений

Эта система встречается реже. Она применяется при проведении соревнований с большим количеством участников, когда одна встреча длится относительно короткое время, например, армрестлинг. Рассмотрим её на примере 9 участников.

1 тур.

В протокол соревнований участников записывают попарно по результатам жеребьёвки. Если количество участников чётное, то в первом туре в борьбу вступают все участники. Если нечётное, то последний участник вступает в соревнование со второго тура под первым номером. Проигравшему ставится "-", победителю "+". После первого тура все участники продолжают соревнование.

2 тур.

1 вариант. Количество участников нечётное. Участника свободного от первого тура записываем под первым номером. Далее победителя первой пары участников. Победителя второй пары под третьим номером и т.д. под фамилиями победителей первого тура проводится черта. Под ней записываются фамилии

участников проигравших первый тур, начиная с первой пары. Если количество участников нечётное, то последний участник под чертой будет свободным от участия во втором туре.

2 вариант. Количество участников чётное. В порядке номеров записываем победителей первого тура и проводим черту. Далее в порядке номеров проигравших. При нечётном числе участников над чертой к ним последним добавляется первый участник под чертой. Остальные проигравшие участники, фамилии которых стоят под чертой выбывают из соревнований.

3 тур.

Пары над чертой формируются так: первым – победитель первой пары над чертой второго тура, вторым – второй пары и т.д. до последней пары над чертой. Затем снова проводится черта и под ней первым – фамилия проигравшего в первой паре над чертой во втором туре, вторым – участника второй пары над чертой и т.д. (если во втором туре был участник свободный от соревнований, то его фамилия записывается первой под чертой). После этого в протокол под фамилией последнего проигравшего над чертой вносятся фамилии победителей пар второго тура под чертой. Проигравшие участники, фамилии которых стоят под чертой выбывают из соревнований.

Далее все туры составляются аналогично третьему. Однако если участники в каком-то туре стоящие под чертой встречаются повторно, то фамилия нижнего в этой паре смещается на номер вниз, фамилию участника, на место которого было внесено изменение, перенести на освободившееся место.

Если над чертой остался один участник, то он выходит в финал, не участвуя в дальнейших турах до того времени пока под чертой не останется также один участник. В финале если побеждает участник над чертой, он и объявляется победителем. Если участник под чертой, то назначается дополнительная встреча, в которой и определится победитель соревнования.

1 тур			2 тур			3 тур			4 тур			5 тур		
№	Фамилия, имя		№	Фамилия, имя		№	Фамилия, имя		№	Фамилия, имя		№	Фамилия, имя	
1	Карпович	-	1	Емельянов	-	1	Мудрак	+	1	Мудрак	+	1	Мудрак	
2	Мудрак	+	2	Мудрак	+	2	Снитовец	-	2	Снитовец	-	2	Снитовец	-
3	Локтик	+	3	Локтик	-	3	Рыдзевский	+	3	Рыдзевский	-	3	Малиновский	+
4	Малиновский	-	4	Снитовец	+	4	Емельянов	-	4	Дикун	+			
5	Тарасов	-	5	Дикун	-	5	Локтик	-	5	Малиновский				
6	Снитовец	+	6	Карпович	+	6	Дикун	+						
7	Дикун	+	7	Малиновский	+	7	Карпович	-						
8	Рыдзевский	-	8	Тарасов	-	8	Малиновский	+						
9	Емельянов		9	Рыдзевский										
									6 тур			7 тур		
									№	Фамилия, имя		№	Фамилия, имя	
									1	Мудрак	-	1	Мудрак	-
									2	Малиновский	+	2	Малиновский	+

Определяем места:

1 место	-	Малиновский	-	7 туров	Для определения мест всем участникам соревнований проводятся дополнительные встречи между спортсменами, занимающими одинаковые места, но это всё должно быть оговорено в Положении о соревнованиях.
2 место	-	Мудрак	-	7 туров	
3 место	-	Снитовец	-	5 туров	
4-5 место	-	Рыдзевский	-	4 тура	
4-5 место	-	Дикун	-	4 тура	
6-8 место	-	Емельянов	-	3 тура	
6-8 место	-	Локтик	-	3 тура	
6-8 место	-	Карпович	-	3 тура	
9 место	-	Тарасов	-	2 тура	

3. СМЕШАНАЯ СИСТЕМА

Смешанная система применяется в двух вариантах:




- когда вначале соревнования проводятся по системе с выбыванием, а затем по круговой;
- когда вначале соревнования проводятся по круговой системе, а затем по системе с выбыванием.





1 вариант (волейбол).





	№	1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	Р	О	М
	4	☒	$\frac{2:1}{2}$	$\frac{0:2}{1}$	$\frac{0:2}{1}$	2-5	4	3
	7	$\frac{1:2}{1}$	☒	$\frac{0:2}{1}$	$\frac{1:2}{1}$	2-6	3	4
	10	$\frac{2:0}{2}$	$\frac{2:0}{2}$	☒	$\frac{2:0}{2}$	6-0	6	1
13	$\frac{2:0}{2}$	$\frac{2:1}{2}$	$\frac{0:2}{1}$	☒	4-3	5	2	





2 вариант (футбол).

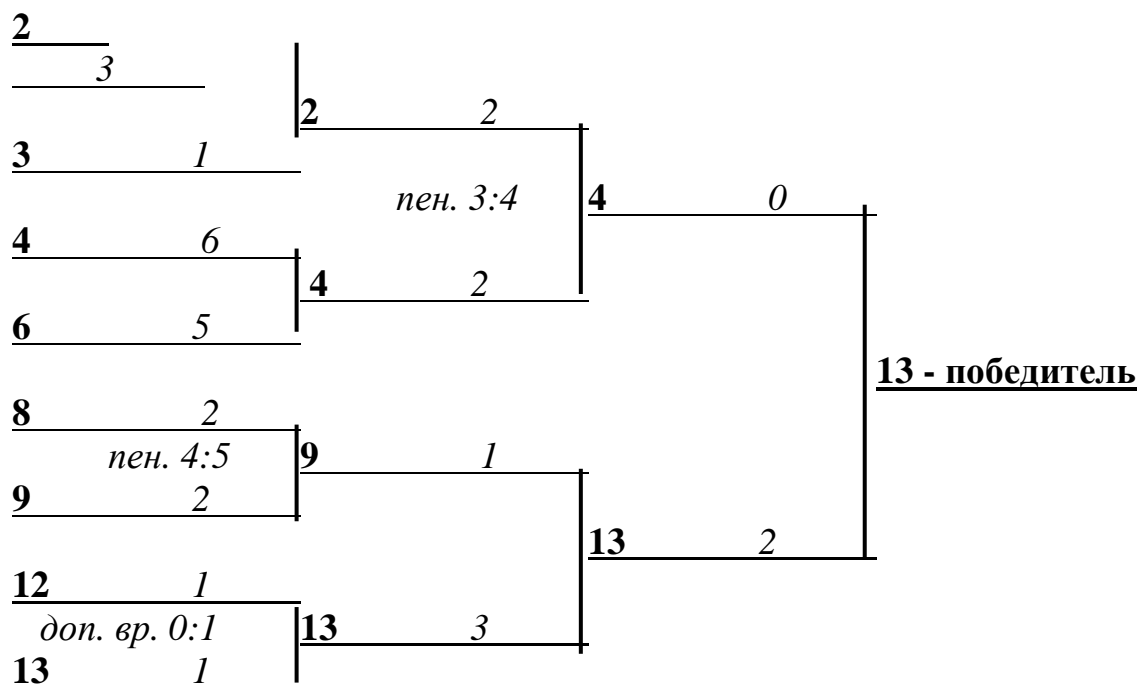
15 команд разбиты на 4 подгруппы (где игры проходят по круговой системе) из которых по две лучших выходят в следующий круг соревнований с выбыванием.

№ к-ды	1 тур	2 тур	3 тур		Р	О	М
1		$\frac{2:2}{2}$	$\frac{3:6}{1}$		5-8	3	3
2	$\frac{2:2}{2}$		$\frac{3:0}{3}$		5-2	5	1
3	$\frac{6:3}{3}$	$\frac{0:3}{1}$			6-6	4	2

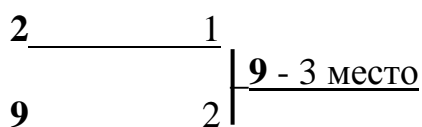
№ к-ды	1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	Р*	О	М
4		$\frac{+:-}{3}$	$\frac{2:1}{3}$	$\frac{+:-}{3}$	2-1	9	1
5	$\frac{-:+}{0}$		$\frac{2:5}{1}$	$\frac{-:+}{0}$	2-5	1	4
6	$\frac{1:2}{1}$	$\frac{5:2}{3}$		$\frac{9:1}{3}$	15-5	7	2
7	$\frac{-:+}{0}$	$\frac{+:-}{3}$	$\frac{1:9}{1}$		1-9	4	3

№ к-ды	1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	Р	О	М
8		$\frac{4:1}{3}$	$\frac{6:3}{3}$	$\frac{3:1}{3}$	13-5	9	1
9	$\frac{1:4}{1}$		$\frac{3:1}{3}$	$\frac{3:3}{2}$	7-8	6	2
10	$\frac{3:6}{1}$	$\frac{1:3}{1}$		$\frac{-:+}{0}$	4-9	2	4
11	$\frac{1:3}{1}$	$\frac{3:3}{2}$	$\frac{+:-}{3}$		4-6	6	3

№ к-ды	1 тур	2 тур	3 тур	4 тур	Р	О	М
12		$\frac{1:4}{1}$	$\frac{7:0}{3}$	$\frac{6:2}{3}$	14-6	7	1
13	$\frac{4:1}{3}$		$\frac{1:2}{1}$	$\frac{5:2}{3}$	10-5	7	2
14	$\frac{0:7}{1}$	$\frac{2:1}{3}$		$\frac{4:3}{3}$	6-11	7	3
15	$\frac{2:6}{1}$	$\frac{2:5}{1}$	$\frac{3:4}{1}$		7-15	3	4



за 3 - 4 место



4. ШВЕЙЦАРСКАЯ СИСТЕМА

Применяется при проведении шахматных и шашечных соревнований. Заранее оговаривается количество проводимых туров. Кто набрал большее количество очков, тот и выиграл соревнования.

Протокол соревнований

(наименование)

Всего участников _____ . Дата проведения " ____ " _____ г.

Место проведения _____

№ п/п	№ жребия 1 тура	Фамилия, имя	Организация	Разряд	Нарастающий итог по турам									Коэффициент	Место
					1	2	3	4	5	6	7	8	9		

Главный судья

Главный секретарь

В каждом туре встречаются игроки, набравшие равное количество очков. Соревнования проводятся в основном для чётного количества участников. Невозможность определить места всем участникам ограничивает возможности системы в учебных заведениях.

После жеребьёвки первый номер играет со вторым и т.д. Нечётные номера играют белыми фигурами. За победу начисляется 1 очко, за ничью 0,5 очка, за поражение 0 очков.

Участники, которые набрали одинаковое количество очков, объединяются в отдельные подгруппы. По индивидуальным карточкам в каждой подгруппе проводится жеребьёвка.

Карточка участника соревнований

(наименование соревнований)

Всего участников _____

№ п/п	Кол-во туров	№ жребия 1 тура	Фамилия, имя	Разряд	Организация

№ тура	Противники				Данные участника				Кол-во противников
	Разряд	Фамилия, имя	№ п/п	№ жребия 1 тура	Цвет	Спуск, подъём	Результат	Нарастающий итог	
1									
2									
...									
9									

Сначала жеребьёвка проводится в группе участников, набравших большее количество очков. Если в своей очковой группе остаётся один участник или два и более участников, которые играли между собой в предыдущих турах, то проводить жеребьёвку этих участников следует с группой имеющей ближайшее количество очков.

Следует неукоснительно соблюдать следующие правила жеребьёвки участников:

- участники не имеют права встречаться между собой дважды. Если это произошло, то жеребьёвка проводится снова;
- цвет фигур необходимо чередовать. При равных условиях цвет определяется жеребьёвкой между этими участниками. В исключительных случаях разрешается игра одним цветом фигур более двух партий подряд;
- во встречах участников, которые имеют разное количество очков, тому, у кого число больше в протоколе регистрировать "спуск", у кого меньше – "подъём";
- когда участник (каждый раз другой) в последней очковой группе остаётся без соперника, ему фиксируется очко (плюс);
- если жеребьёвка была проведена без противоречия перечисленным правилам для всех очковых групп, она является законченной и вступает в силу.

5. СИСТЕМА "ВЫИГРАЛ – ПРОИГРАЛ"

Система даёт возможность при минимальных временных и организационных затратах, без деления команд (участников) на подгруппы и без выбывания определить место каждой команды. Ограничением является то, что нужно выбирать виды спорта и соревнования где исключается возможность ничьих между командами и количество команд должно быть равное 2^n (в случае, когда количество команд не равно 2^n проводится предварительный тур, цель которого свести количество команд к 2^n).

Рассмотрим на практических примерах систему "Выиграл – Проиграл" исходя из количества проводимых туров соревнований. Так для выявления победителя из 2 команд понадобится 1 тур, из 4 команд – 2 тура, из 8 – 3 тура, из 16 – 4 тура, из 32 – 5 туров, из 64 – 6 туров, из 128 – 7 туров и т.д.

На соревнования заявлено 32 команды. После проведения жеребьёвки первый номер соревнуется со вторым, третий с четвёртым и т.д. За победу присуждается "В" (выиграл), за проигрыш - "П" (проиграл).

После проведения 1 тура выявится 2 *группы*, где 16 команд наберут по "В" и другие 16 по "П".

Во 2 туре и далее в каждом туре в группах, где больше 2 команд проводим жеребьёвку по группам и в новых группах между собой встречаются команды, набравшие по одинаковому количеству "В" и "П". В первой группе окажется 8 команд набравших по 2"В" и 8 команд оставшихся с "В". Во второй группе 8 команд наберут по "В" и 8 команд останутся с "П". Следовательно, после второго тура в *1 группе* - 8 команд набрали по 2"В", во *2 группе* - 16 по "В" и в *3 группе* - 8 по "П".

В 3 туре в каждой группе проводим жеребьёвку. В 1 группе 4 команды наберут по 3"В", а проигравшие останутся с 2"В". Во 2 группе 8 команд наберут по 2"В" и 8 команд останутся с "В". В 3 группе 4 команды наберут по "В" и 4 останутся с "П". Следовательно, после 3 тура в *1 группе* будет 4 команды с 3"В", во *2 группе* - 12 с 2"В", в *3 группе* - 12 с "В" и в *4 группе* - 4 с "П".

На основании предлагаемой таблицы можно проследить динамику комплектования групп в зависимости от количества команд и туров (от 2 до 128 команд).

Туры	К-во команд	Группы							
		"П"	"В"	2"В"	3"В"	4"В"	5"В"	6"В"	7"В"
1	2	1	1						
	4	2	2						
	8	4	4						
	16	8	8						
	32	16	16						
	64	32	32						
	128	64	64						
2	4	1	2	1					
	8	2	4	2					
	16	4	8	4					
	32	8	16	8					
	64	16	32	16					
	128	32	64	32					
3	8	1	3	3	1				
	16	2	6	6	2				
	32	4	12	12	4				
	64	8	24	24	8				
	128	16	48	48	16				
4	16	1	4	6	4	1			
	32	2	8	12	8	2			
	64	4	16	24	16	4			
	128	8	32	48	32	8			
5	32	1	5	10	10	5	1		
	64	2	10	20	20	10	2		
	128	4	20	40	40	20	4		
6	64	1	6	15	20	15	6	1	
	128	2	12	30	40	30	12	2	
7	128	1	7	21	35	35	21	7	1

Порядок определения мест для команд следующий: первое место занимает команда, которая никому не проиграла. Затем определяются места для команд с одним поражением, далее с двумя и т.д. по типовому правилу для соревнований "в случае равенства очков у двух и более команд первенство определяется по лучшим показателям из Положения о соревновании... ". Это разность забитых и пропущенных мячей, количество забитых мячей, результат игры между теми командами, которые встречались между собой и т.д. Команда, имеющая лучшие показатели занимает более высокое место.

Похожая система "Обратная система кубковых соревнований" предложена учителем физической культуры гимназии № 8 г. Дубна Московской области В. А. Лепешкиным ("Физическая культура в школе" № 4, 2000г.).

6. "КОМБИНИРОВАННАЯ" СИСТЕМА

Эта система активно применялась в конце 80-х годов учителями физической культуры Заводского района г. Минска.

К примеру, в Положении о соревновании оговаривается:

1. количество видов соревнований и участников в них:
 - 1.1.подтягивание – 5;
 - 1.2.подъём переворотом – 5;
 - 1.3.броски мяча снизу вперёд с прямоугольника 1x2 м – 5;
 - 1.4.прыжки в длину с места (следующий участник начинает свой прыжок с места приземления предыдущего) – 5;
 - 1.5.жим гири 24 кг – 5;
 - 1.6.перетягивание каната – 7;
 - 1.7.лазание по канату на время без помощи ног – 5;
 - 1.8.мини-футбол - 2 тайма по 5 минут без перерыва – 4 (1+3).
2. программа проведения видов соревнований и система подсчёта результатов в каждом виде:
 - 2.1.Одновременно начинаются в школьном зале соревнования по подтягиванию, подъёму переворотом, жиму гири (сумма результатов каждого участника), лазанию по канату (сумма времени каждого участника);
 - 2.2.Также одновременно начинаются соревнования по прыжкам в длину с места (результат команды), броскам мяча снизу вперёд (сумма результатов каждого участника);
 - 2.3.Перетягиванию каната (до двух побед по системе с выбыванием и стыковыми встречами);
 - 2.4.Мини-футбол (по системе с выбыванием и стыковыми встречами).
3. состав команды – 20 спортсменов.
4. приоритетные виды соревнований в случае равенства суммы мест: подтягивание, подъём переворотом, жим гири, лазание по канату, прыжки в длину с места.

Всего, учитывая каждый вид, должно было бы выступить 41 учащийся, но состав команды оговорен в количестве 20 человек. Право учителя на любой вид, против любой команды выставить любого спортсмена.

Все школы Заводского района г. Минска (30) разбивались на 8 подгрупп по 3-4 команды согласно регионам проживания. С каждой подгруппы по 2 команды выходили в полуфинал, где формировались, согласно регионам проживания, 4 полуфинальные подгруппы из 16 команд и победители этих подгрупп выходили в финал.

Места команд определяются по наименьшей сумме мест набранных ими во всех видах соревнований. В случае равенства суммы мест у двух и более команд первенство определяется по наибольшему количеству первых, затем вторых и далее мест. Если и при этом не удастся расставить все команды по своим местам, вступает правило первенства той или иной команды исходя из лучших результатов в приоритетных видах соревнований.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ КРУГЛОГОДИЧНОЙ СПАРТАКИАДЫ УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Спортивные соревнования круглогодичной спартакиады учреждения образования проводятся в соответствии с годовым календарным планом. Приводим примерную форму календарного плана.

Календарный план учебного заведения на _____ – _____ учебный год.*

№ п/п	Вид спорта, наименование мероприятия	Время проведения	Место проведения	Возраст участников	Количество участников от класса: юн. + дев; зачёт по количеству участников
1	2	3	4	5	6
1	Открытие спартакиады (День здоровья)	05.09-15.09	Стадион учреждения образования (УО)	П-3 кл. 4-9 кл. 10-11 кл.	Все уч-ся основной и подготовительной мед. групп (разрешённые виды); зачёт по среднему баллу класса
2	Осенний кросс	20.09	—"	3-4 кл.	—"
3	—"	21.09	—"	5-6 кл.	—"
4	—"	22.09	—"	7-8 кл.	—"
5	—"	23.09	—"	9-10 кл.	—"
6	—"	24.09	—"	11-12 кл.	—"
7	Легкоатлетическое многоборье (День здоровья)	01.10	Стадион УО	П-2 кл.	7+7; зачёт по 6
8	—"	02.10	—"	3-4 кл.	—"
9	—"	03.10	—"	5-6 кл.	—"
10	—"	04.10	—"	7-8 кл.	—"
11	—"	05.10	—"	9-10 кл.	5+5; зачёт по 4
12	—"	06.10	—"	11-12 кл.	4+4; зачёт по 3
13	Волейбол (первенство РОО, юн. дев.)	27.10-4.11	По графику РОО	Сборная УО	24
14	Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия в дни осенних каникул		По отдельному плану		
15	Смотр уровня физической подготовленности (СУФП) "Олимпийские надежды Беларуси" (День прыгуна) – Прыжки в длину с/м	15.11	Спортзал УО	Все уч-ся 6-7 лет	Все уч-ся основной и подготовительной мед. групп (разрешённые виды); зачёт по среднему баллу класса
16	—"	16.11	—"	Все уч-ся 8-9 лет	—"

17	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День спринтера) – Челночный бег 4x9 м	22.11	–"–	Все уч-ся 6-9 лет	–"–
18	–"–	23.11	–"–	Все уч-ся 10-13 лет	–"–
19	–"–	24.11	–"–	Все уч-ся 14-17 лет	–"–
20	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День гимнаста) – Подтягивание (юн.), поднимание тул. (дев.)	06.12	–"–	Все уч-ся 6-9 лет	–"–
21	–"–	07.12	–"–	Все уч-ся 10-13 лет	–"–
22	–"–	08.12	–"–	Все уч-ся 14-17 лет	–"–
23	Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия в дни зимних каникул		По отдельному плану		
24	Зимнее многоборье допризывника (первенство УО)	04-06.02	Спорткомплекс УО	15-16 лет	–"–
25	–"–	–"–	–"–	17-18 лет	–"–
26	Лыжные гонки (День здоровья)	08.02	Парк им. Горького	П-2 кл.	–"–
27	–"–	09.02	–"–	3-4 кл.	
28	–"–	10.02	–"–	5-6 кл.	–"–
29	–"–	11.02	–"–	7-8 кл.	–"–
30	–"–	12.02	–"–	9-10 кл.	–"–
31	–"–	13.02	–"–	11-12 кл.	–"–
32	Настольный теннис (первенство УО)	15-18.02	Спортзал УО	5-6 кл.	3+3
33	–"–	–"–	–"–	7-8 кл.	3+3
34	–"–	–"–	–"–	9-10 кл.	3+3
35	–"–	–"–	–"–	11-12 кл.	3+3
36	Мини-баскетбол (первенство УО)	01-05.03	–"–	5-6 кл.	8+8
37	Баскетбол (первенство УО)	09-22.03	–"–	7-8 кл.	8+8
38	–"–	–"–	–"–	9-10 кл.	8+8
39	–"–	–"–	–"–	11-12 кл.	8+8
40	Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия в дни весенних каникул		По отдельному плану		

41	Летнее многоборье допризывника (первенство УЗ)	04-06.04	Спорткомпл екс УЗ	15-16 лет	Все уч-ся ОМГ, ПМГ (разрешённые виды); зачёт по среднему баллу
42	—	—	—	17-18 лет	—
43	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День спринтера) – Бег 30 м	12.04	Стадион УЗ	Все уч-ся 6-9 лет	—
44	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День спринтера) – Бег 60 м	13.04	—	Все уч-ся 10-14 лет	—
45	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День спринтера) – Бег 100 м	13.04	—	Все уч-ся 15-17 лет	—
46	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День метателя) – Метание мяча	14.04	—	Все уч-ся 6-9 лет	—
47	—	15.04	—	Все уч-ся 10-13 лет	—
48	—	16.04	—	Все уч-ся 14-17 лет	—
49	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День здоровья) – Бег 800 м (юн.), Бег 600 м (дев.)	18.04	Стадион УО	Все уч-ся 6-9 лет	—
50	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День здоровья) – Бег 1000 м (юн.), Бег 800 м (дев.)	19.04	—	Все уч-ся 10-12 лет	—
51	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День здоровья) – Бег 1500 м (юн.), Бег 1000 м (дев.)	20.04	—	Все уч-ся 13-14 лет	—
52	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День здоровья) – Бег 3000 м (юн.), Бег 1000 м (дев.)	21.04	—	Все уч-ся 15-17 лет	—
53	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День прыгуна) – Прыжки в длину с/р	24.04	Стадион УО	Все уч-ся 10-13 лет	—
54	—	25.04	—	Все уч-ся 14-17 лет	—

55	Туристские соревнования (слёт)	26-27.05	Л/м "Зелёное"	9-10 кл.	8+4
56	—	—	—	11-12 кл.	8+4

***Примечание.** В календарь не включены матчевые и товарищеские встречи по видам спорта между учебными заведениями, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия проводимые другими ведомственными организациями.

На основании утверждённого календарного плана спортивных соревнований администрация учебного заведения утверждает Положение о круглогодичной спартакиаде учебного заведения.

На каждое физкультурно-оздоровительное и спортивно-массовое мероприятие, должен быть издан приказ (распоряжение) о возложении ответственности за сохранение жизни и здоровья учащихся на организаторов соревнований и педагогов (классных руководителей, кураторов групп), которые являются ответственными за участие своих классов (групп) в мероприятии.

При составлении Положения о спартакиаде (соревнованиях по виду спорта) учебного заведения в нём должно быть указано:

- цели и задачи;
- участвующие организации (классы, группы) и участники соревнований (возраст, пол, квалификация спортсменов);
- организации (ответственные лица), на которых возлагается проведение соревнований;
- место и сроки проведения;
- система оценки результатов и условия зачёта;
- порядок и сроки подачи заявок;
- условия приёма и допуска спортсменов и команд;
- программа соревнований с указанием дней и времени начала соревнований в каждом виде программы;
- условия проведения, система оценки результатов и зачёта в каждом из видов спорта программы спартакиады;
- порядок награждения победителей и призёров соревнований;
- порядок подачи протестов и их рассмотрения.

В качестве образца приводим примерное Положение о круглогодичной спартакиаде учреждения образования.

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения образования

_____ _____
подпись Ф.И.О.
" ____ " _____ 200__ г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о круглогодичной спартакиаде учреждения образования
на _____ – _____ учебный год.

1. Цель и задачи

Круглогодичная спартакиада учащихся учебного заведения проводится с целью пропаганды здорового образа жизни, олимпийского движения, физической культуры и спорта среди учащихся как средства всестороннего воспитания подрастающего поколения.

Основными задачами спартакиады являются:

- активизация учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию;
- повышение оздоровительного эффекта от физкультурных занятий, укрепление здоровья учащихся;
- привитие навыков здорового образа жизни;
- повышение уровня профессионально-прикладной физической подготовленности учащихся, их умственной и физической работоспособности;
- содействие разносторонней физической подготовке учащихся;
- повышение уровня спортивной подготовки;
- смотр работы коллективов физической культуры (классов, групп, параллелей, курсов);
- развитие массовых видов спорта среди учащихся;
- содействие приобщению родителей учащихся к активному физическому воспитанию своих детей.

2. Участвующие организации и участники соревнований

В спартакиаде учреждения образования принимают участие параллели классов (в школах с 12-летним образованием):

- Группа 1** - I – II классы;
- Группа 2** - III – IV классы;
- Группа 3** - V – VI классы;
- Группа 4** - VII – VIII классы;
- Группа 5** - IX – X классы;
- Группа 6** - XI – XII классы.

В учреждениях образования, обеспечивающих получение профессионального и среднего специального образования учебные группы и курсы.

3. Организация соревнований

Организация и проведение соревнований спартакиады возлагается на администрацию (куратор по физическому воспитанию), учителей (преподавателей) физической культуры, педагогический коллектив и физкультурный актив учебного заведения.

4. Место и сроки проведения

Спортивные соревнования круглогодичной спартакиады учебного заведения проводятся в соответствии с **годовым календарным планом**.

№ п/п	Вид спорта, наименование мероприятия	Время проведения	Место проведения
	Открытие Спартакиады	05.09-15.09	Стадион УО
1	Осенний кросс (День здоровья)	20-24.09	Парк им. Горького
2	Легкоатлетическое многоборье (День здоровья)	01-06.10	Стадион УЗ
3	Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия в дни осенних каникул		По отдельному плану
4	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День прыгуна)	15-16.11	Спортзал УЗ
5	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День спринтера)	22-24.11	—"
6	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День гимнаста)	06-08.12	—"
7	Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия в дни зимних каникул		По отдельному плану
8	Зимнее многоборье допризывника (первенство УЗ)	04-06.02	Спорткомплекс УЗ
9	Лыжные гонки (День здоровья)	08-13.02	Парк им. Горького
10	Настольный теннис (первенство УЗ)	15-18.02	Спортзал УЗ
11	Мини-баскетбол (первенство УЗ)	01-05.03	—"
12	Баскетбол (первенство УЗ)	09-22.03	—"
13	Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия в дни весенних каникул		По отдельному плану
14	Летнее многоборье допризывника (первенство УЗ)	04-06.04	Спорткомплекс УЗ
15	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День спринтера)	12-13.04	Стадион УЗ
16	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День метателя)	14-16.04	—"
17	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День здоровья) – бег на длинные дистанции	18-21.04	—"
18	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси" (День прыгуна)	24-25.04	Стадион УЗ
19	Туристские соревнования (слёт)	26-27.05	Л/м "Зелёное"

5. Система оценки результатов и условия зачёта

5.1. Чемпионы и призёры спартакиады среди классов (групп) определяются по наименьшей сумме мест набранных командами класса (группы) во всех видах программы спартакиады.

5.2. Если команда класса (группы) не приняла участие в том или ином виде программы спартакиады ей присуждается последнее место исходя из общего количества классов (групп) в параллели (курсе).

5.3. В случае равенства суммы мест команд у двух и более классов (групп) первенство определяется по наибольшему количеству первых, затем вторых и далее мест. Если и при этом не удастся расставить все классы (группы) по своим местам, вступает правило первенства того или иного класса (группы) исходя из лучших результатов команд класса (группы) в приоритетных видах соревнований:

5.3.1. смотрю уровня физической подготовленности учащихся в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси";

5.3.2. легкоатлетическому многоборью;

5.3.3. легкоатлетическому кроссу.

6. Порядок и сроки подачи заявок

6.1. Представитель команды – физорг класса (группы), представляет в главную судейскую коллегию протокол-заявку на участие в соревновании по форме:

Протокол - заявка

от _____ класса (группы) СШ (ПТУЗ, ССУЗ)

на участие в соревнованиях по _____

" ____ " _____ 200__ г.

п. №	Фамилия Имя	Мед. Гр.	Год рожд.	Виды соревнований								Виза врача (допуск, подпись)
				Рез.	О	Рез.	О	Рез.	О	Рез.	О	
1												
2...												
Сумма баллов по виду:												
Средний балл по виду:												
Средний балл класса (группы):												

Представитель команды: _____

(классный руководитель, куратор группы)

(Подпись)

(Ф. И. О.)

6.2. Заявка представляется в главную судейскую коллегию за три дня до начала соревнований (возможно представление заявки в день проведения судейской коллегии по виду спорта).

7. Условия допуска спортсменов и команд

7.1. Руководители команд (классные руководители, мастера производственного обучения, кураторы групп) несут персональную ответственность за жизнь и безопасность учащихся в пути следования и местах проведения соревнований.

7.2. Команда не представившая заявку в сроки, оговоренные Положением, к соревнованиям не допускается.

7.3. В соревнованиях по видам спорта спартакиады принимают участие все учащиеся основной медицинской группы и подготовительной медицинской группы в разрешённых для них лечащим врачом видах программы соревнований.

8. Программа соревнований

Предлагаем примерную программу проведения соревнований спартакиады учреждения образования:

8.1. Общеобразовательные учебные заведения

№	Вид спорта	Классы													
		П	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Осенний кросс	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
2	Легкоатлетическое многоборье	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
3	СУФП "Олимпийские надежды Беларуси"	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
4	Зимнее и летнее многоборье допризывника												+	+	+
5	Лыжные гонки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6	Настольный теннис						+	+	+	+	+	+	+	+	+
7	Мини-баскетбол						+	+							
8	Баскетбол								+	+	+	+	+	+	+
9	Туристские соревнования										+	+	+	+	+

8.2. ПТУЗ и ССУЗ

В соревнованиях круглогодичной спартакиады учебного заведения принимают участие все курсы и учебные группы.

9. Условия проведения

9.1. Осенний кросс

Состав команды класса (группы) - все учащиеся основной и подготовительной (если есть допуск врача учебного заведения) медицинских групп. Характер соревнований - лично-командный. Дистанции на основании программы по физической культуре.

Командное первенство можно определять по наибольшей сумме очков набранных участниками кросса (таблица оценки очков по легкой атлетике 1986г.) или по выше предложенной таблице очков смотря уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси", можно по наименьшей сумме мест, можно по среднему баллу класса (учащиеся, которые не приняли участие в кроссе без уважительной причины, получают "0").

В случае равенства командных показателей первенство присуждается команде, где показан лучший результат среди юношей, затем среди девушек.

9.2. Легкоатлетическое многоборье

Состав команды класса (группы) - на основании годового календарного плана. Характер соревнований - лично-командный.

Командное первенство можно определять по наименьшей сумме мест, можно по среднему баллу класса (группы) или по выше предложенной таблице очков смотра уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси".

9.3. Смотр уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси"

Соревнования организуются и проводятся на протяжении учебного года по Положению о республиканских соревнованиях смотра уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси".

9.4. Зимнее и летнее многоборье допризывника

Соревнования организуются и проводятся по действующему Положению о прикладном физкультурно-спортивном комплексе "Защитник Отечества".

9.5. Лыжные гонки

Состав команды класса (группы) - все учащиеся основной и подготовительной (если есть допуск врача учебного заведения) медицинских групп. Характер соревнований - лично-командный. Дистанции на основании программы по физической культуре.

Командное первенство можно определять по наибольшей сумме очков набранных участниками кросса (таблица оценки очков по легкой атлетике 1986г.) или по выше предложенной таблице очков смотра уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси", можно по наименьшей сумме мест, можно по среднему баллу класса (учащиеся, которые не приняли участие в кроссе без уважительной причины, получают "0").

В случае равенства командных показателей первенство присуждается команде, где показан лучший результат среди юношей, затем среди девушек.

9.6. Настольный теннис

Состав команды класса (группы) - на основании календарного плана учебного заведения. Допускаются учащиеся основной и подготовительной (если

есть допуск врача учебного заведения) медицинских групп. Характер соревнований - лично-командный.

Личное первенство среди юношей и девушек определяется в соответствии с действующими правилами проведения соревнований.

Командное первенство определяется по наибольшей сумме очков (по таблице), набранных девушками и юношами в личных соревнованиях.

В случае равенства очков у двух и более команд, преимущество получает команда, участники которой заняли больше первых, вторых и т.д. мест.

ТАБЛИЦА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

<i>Место</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Очки	32	29	27	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15
<i>Место</i>	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Очки	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

9.7. Баскетбол (мини-баскетбол)

Состав команды класса (группы) - на основании календарного плана учебного заведения. Допускаются учащиеся основной и подготовительной (если есть допуск врача учебного заведения) медицинских групп. Характер соревнований - командный.

Лучшее место определяется по наибольшей сумме очков, набранной командой. За победу начисляется 2 очка, поражение - 1 очко, за неявку или лишение права на игру - 0 очков.

При равенстве очков у трёх и более команд преимущество получает команда, имеющая наибольшее количество побед в играх между этими командами. Если число побед равно, преимущество получает команда, имеющая лучшую разность и далее соотношение забитых и пропущенных мячей в тех же играх. В случае если у двух команд разница окажется одинаковой, а у третьей команды лучшей или худшей, то та команда исключается из подсчёта и ей определяется соответствующее место, а для двух команд в силу вступает правило по игре между ними. При дальнейшем равенстве очков у трёх и более команд преимущество получает команда, имеющая лучшую разницу и далее соотношение забитых и пропущенных мячей во всех встречах.

Место класса (группы) определяется по наименьшей сумме мест завоёванных командами юношей и девушек. При равенстве суммы мест преимущество получает класс (группа) у которого наиболее высокое место одной из команд. Далее по лучшему месту среди юношей.

9.8. Туристские соревнования

Состав команды класса (группы) - на основании календарного плана учебного заведения. Допускаются учащиеся основной медицинской группы. Характер соревнований - командный.

Лучший класс (группа) определяется по наименьшей сумме мест набранных командой в зачётных видах туристских соревнований.

При равенстве очков у двух и более команд преимущество получает команда, занявшая наиболее высокое место в приоритетных видах туристских соревнований. Сначала контрольно-туристский маршрут (КТМ), затем техника пешеходного туризма (ТПТ), далее спортивное ориентирование, и туристские навыки и быт.

10. Порядок награждения победителей и призёров соревнований

Участники, занявшие 1-3-е места в личных соревнованиях, а также участники команд, занявших 1-3-е места по спортивным играм, награждаются дипломами соответствующих степеней учебного заведения.

Победители в личных соревнованиях, а в спортивных играх участники команд, занявшие первые места, награждаются призами учебного заведения.

Команда, занявшая первое место в общекомандном зачете учебного заведения в своей параллели, награждается призом (кубком) и Грамотой учебного заведения.

Рекомендуем максимально использовать возможности школьных (учебных) мастерских и творческих кружков для изготовления силами учащихся эмблем, медалей, кубков, дипломов и т.п. для награждения ими победителей и призёров. При возможности можно заказывать и приобретать атрибуты для награждений при содействии спонсоров.

11. Порядок подачи протестов и их рассмотрения

Представитель команды класса (группы) может опротестовать результат соревнований в случае нарушения правил соревнований или судейских ошибок, повлекших существенные изменения в определении личных и командных мест. Протест подается в письменной форме главному судье в течение 1 часа после соревнований и рассматривается главной судейской коллегией на заседании по утверждению итогов каждого дня соревнований. Несвоевременно поданные протесты не рассматриваются.

ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ СПАРТАКИАДЫ УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Организацию и проведение соревнований спартакиады осуществляет администрация (куратор по физическому воспитанию), учителя (преподаватели) физической культуры, педагогический коллектив и физкультурный актив учебного заведения.

Руководит действиями актива учитель (преподаватель) ответственный за проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

В соревнованиях принимают участие все учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе. Учащиеся, отнесенные к подготовительной медицинской группе, принимают участие только в разрешённых для них видах программы. Остальные учащиеся оказывают посильную помощь в организации и судействе соревнований.

Определение победителей осуществляется на основании Положения о проведении соревнований.

Для более удобного подведения итогов круглогодичной спартакиады рекомендуем следующую систему подсчёта очков:

– если учащийся выполнил норматив контрольного упражнения следующей возрастной группы на "10" баллов (при условии, что норматив выше, а не равен или хуже выполненного, а дистанции в беге одинаковы по длине), то ему добавляется 1 балл; если более старшей группы - то 2 балла. В результате он может получить отметку "11" баллов и максимум "12" баллов.

– если учащийся не принял участия в соревнованиях без уважительной причины, то в графе "результат" ставится прочерк, а в графе "балл" - "0".

Для подсчёта результатов внутри класса и школы, учебной группы и ПТУЗ или ССУЗ рекомендуем пользоваться следующими таблицами:

Таблица 1

№	Фамилия Имя	Мед гр.	Виды программы спартакиады						Сумма баллов	Место в классе, группе
			Рез.	Балл	Рез.	Балл	Рез.	Балл		
1										
2										
3										
4. . .										
Общая сумма баллов класса:									X	
Средний балл класса:									X	

Таблица 2

№	Класс (группа)	Виды программы спартакиады			Сумма баллов	Занятое место в УЗ
		Ср. балл	Ср. балл	Ср. балл		
1						
2						
3						
4. . .						

Учащиеся, временно освобождённые от занятий на уроках физической культуры, сдают соответствующие нормативы после окончания сроков освобождения.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, группе ЛФК, а также подготовительной медицинской группе, за участие в судействе каждого вида соревнований могут получить 1 очко, которое засчитывается в общую сумму баллов класса или группы (эти ученики не входят в количество учащихся, принявших участие в соревновании и не учитываются при подсчёте среднего балла класса или группы).

Смотр уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных учебных заведений (городских и сельских), ПТУЗ и ССУЗ входит составной частью в спартакиаду учебного заведения. Поэтому результаты, показанные учащимися I-XI классов общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений на соревнованиях по

бегу, подтягиванию (подниманию туловища - девушки), прыжкам в длину с разбега и с места, метанию мяча, учитываются параллельно в зачёт спартакиады и смотра уровня физической подготовленности учащихся.

При этом учётно-отчётной документацией в обоих видах соревнований будет служить протокол соревнований смотра уровня физической подготовленности учащихся в рамках молодёжного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси".

Оценочные нормативы, включённые в программу соревнований должны соответствовать нормативам программы по физической культуре.

Для большей заинтересованности всех учащихся учебного заведения, их информированности о ходе школьной и районной спартакиад следует иметь стенды наглядной агитации. На стендах должны быть экраны хода школьной и районной спартакиад (в районной хотя бы места занятые учебным заведением в том или ином виде спорта), спартакиады допризывников, соревнований смотра уровня физической подготовленности учащихся.

Для организации спартакиады, комплектования и участия сборных команд в городских и областных спартакиадах профессионально-технического, среднего специального учебного заведения, высшего профессионального училища и профессионально-технического колледжа даём типы учебных заведений республики, которые выступают по группе профессионально-технических и средних специальных учебных заведений:

Группа профессионально-технических учебных заведений	Группа средних специальных учебных заведений
Под учебными заведениями, обеспечивающими профессионально-техническое образование, понимаются профессионально-технические училища, региональные центры профессионального образования, профессиональные лицеи, высшие профессиональные училища, профессиональные колледжи, РИПО.	Под учебными заведениями, обеспечивающими среднее специальное образование, понимаются педагогические колледжи и училища, техникумы, учебные группы высших профессиональных училищ, профессиональных колледжей и РИПО.

ЛИТЕРАТУРА

Единая спортивная классификация Республики Беларусь 2000-2004г. МСТ РБ. Мн., 2000

Белякова Р.Н., Овчаров В.С. Физическое воспитание учащихся подготовительной медицинской группы. Издание второе, переработанное и дополненное. Мн., 1999

Войтехович В.П., Котлярова И.И., Пилюттик Е.В., Лебедева Н.Т., Гордусенко А.В., Овчаров В.С. Физическое воспитание детей и подростков, имеющих отклонения в состоянии здоровья. МО РБ, МЗ РБ, РЦФВС, РДСМ. Мн., 1998

Городный А.М. Методическая разработка "Система проведения соревнований". Светлогорск, 2000

Гужаловский А.А., Бойченко С.Д. Программа и методические рекомендации по внеклассной и внешкольной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе в общеобразовательной школе. МСТ РБ, НИИ ФКС РБ. Мн., 1999

Гужаловский А.А., Кряж В.Н. Программа по физической культуре для учащихся V-XI классов общеобразовательных школ. Переработанная и дополненная. МО РБ, НИО, АФВС, РЦФВС. Мн., 1999

Зернов В.И., Глазко А.Б. Положение о работе плавательных бассейнов. Типовые правила обеспечения безопасности при проведении занятий в бассейнах Республики Беларусь. МСТ. РУМЦФВН. АФВС РБ. Мн., 1997

Канищев А.Д., Овчаров В.С. Типовое положение об организации смотрок конкурса спортивной базы, состояния физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в учебных заведениях Республики Беларусь. МО РБ. Мн., 1999

Канищев А.Д., Овчаров В.С. Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в учебных заведениях Республики Беларусь (общеобразовательные школы, гимназии, лицеи, колледжи, ПТУ, ССУЗ). МО РБ, МЗ РБ, МТ РБ, МСТ РБ. Мн., 2000

Канищев А.Д., Овчаров В.С., Пушков Л.Ф., Мацеральник Л.М. Положение о республиканских соревнованиях смотра уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений в рамках молодежного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси". МО РБ. Мн., 2004

Канищев А.Д., Овчаров В.С. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь от 23.08.2000г. № 12-4/413 "Об организации и учёте внеклассной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися в лицеях, гимназиях, общеобразовательных школах, школах-интернатах и детских домах всех типов и наименований, классах школ-детских садов". Мн., 2000

Кряж В.Н., Кряж З.С., Овчаров В.С. Программа по физической культуре для учащихся начальных классов общеобразовательных школ. Мн., 2004

Кряж В.Н., Гуревич И.А., Гужаловский А.А., Кулак А. А., Ворсин Е.Н.,

Шестакова Т.Н. Программа по физической культуре для учащихся профессионально-технических учебных заведений. Переработанная и дополненная. МО РБ, РЦФВС, НИО, АФВС. Мн., 1999

Овчаров В.С., Михеенко П.Т. Инструктивное письмо Министерства образования и Министерства спорта и туризма от 26 ноября 1998г. "О порядке организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий среди учащихся общеобразовательных школ, гимназий, лицеев, колледжей, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений". Мн., 1998

Паротиков В.А. Методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований по системе "Выиграл - Проиграл". С.Петербург, 1998

Пашко В.М., Овчаров В.С. Положение о Спартакиаде среди детей с особенностями психофизического развития и детей-сирот Республики Беларусь в 2003 году. Мн., 2003

Юспа М.Б., Михеенко П.Т., Иванов А.Б., Овчаров В.С., Серяков Г.В. Программа молодежного физкультурно-спортивного движения "Олимпийские надежды Беларуси". МСТ РБ, МО РБ, НОК РБ. Мн., 1999

Санитарные правила и нормы устройства, содержания и организации учебно-воспитательного процесса учреждений, обеспечивающих получение общего среднего образования (СанПиН №14-46-96). Мн., 2002

НОРМАТИВЫ

10-бальной оценки смотра уровня физической подготовленности учащихся
«Олимпийские надежды Беларуси»

Возраст	Баллы									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Юноши										
Прыжки в длину с места (см)										
6 лет	135	130	127	123	120	115	110	105	100	95
7 лет	150	145	140	135	130	127	123	120	115	110
8 лет	160	155	152	148	145	140	135	130	125	120
9 лет	165	160	157	153	150	147	143	140	135	130
Прыжки в длину с разбега (см)										
10 лет	350	340	327	314	300	287	274	260	250	240
11 лет	370	360	350	340	330	310	290	270	260	250
12 лет	390	380	370	360	350	330	310	290	280	270
13 лет	420	410	397	384	370	350	330	310	300	290
14 лет	460	450	437	424	410	384	358	330	320	310
15 лет	460	450	437	424	410	400	390	380	370	360
16 лет	500	480	460	440	420	410	400	390	380	370
17 лет и ст.	500	480	467	454	440	434	428	420	410	400
Подтягивания в висе (к-во раз)										
6 лет	4	3	-	-	2	-	-	1	-	-
7 лет	5	4	3	-	2	-	-	1	-	-
8 лет	5	4	-	-	3	2	-	1	-	-
9 лет	7	6	5	-	4	3	-	2	1	
10 лет	7	6	5	-	4	-	-	3	2	1
11 лет	8	7	6	-	5	-	-	4	3	2
12 лет	9	8	7	6	5	-	-	4	3	2
13 лет	10	9	8	-	7	6	-	5	4	3
14 лет	11	10	9	-	8	-	-	7	6	5
15 лет	12	11	10	-	9	-	-	8	7	6
16 лет	13	12	11	-	10	9	-	8	7	6
17 лет и ст.	14	13	12	-	11	10	-	9	8	7
Челночный бег 4х9 м (сек)										
6 лет	11,9	12,2	12,5	12,8	13,0	12,7	13,2	13,7	14,2	14,7
7 лет	11,5	11,7	11,9	12,1	12,2	12,4	12,6	12,8	13,0	13,2
8 лет	10,7	11,0	11,3	11,5	11,7	11,9	12,1	12,3	12,5	12,7
9 лет	10,7	10,9	11,1	11,3	11,4	11,7	11,9	12,1	12,3	12,5
10 лет	10,5	10,7	10,9	11,1	11,2	11,4	11,6	11,8	12,0	12,2
11 лет	10,4	10,6	10,8	11,0	11,1	11,3	11,5	11,6	11,8	12,0
12 лет	9,9	10,1	10,3	10,5	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6
13 лет	9,8	10,0	10,2	10,3	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4
14 лет	9,7	9,9	10,1	10,2	10,3	10,5	10,7	10,8	11,0	11,2
15 лет	9,4	9,6	9,8	10,0	10,1	10,3	10,5	10,6	10,8	11,0
16 лет	9,1	9,3	9,5	9,7	9,8	10,0	10,2	10,3	10,5	10,7
17 лет и ст.	9,0	9,2	9,4	9,5	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,6
Метание мяча (м)										
6 лет	20	18	16	14	13	12	11	10	9	8
7 лет	23	21	19	17	16	14	13	12	11	10
8 лет	26	24	22	20	19	17	16	15	14	13

9 лет	29	27	25	23	22	20	19	18	17	16
10 лет	37	34	31	29	27	25	23	20	18	17
11 лет	39	36	33	31	29	26	23	21	19	18
12 лет	42	39	36	33	31	28	25	23	21	19
13 лет	44	42	40	38	37	34	31	28	25	22
14 лет	47	45	43	41	40	37	34	31	28	25
15 лет	53	50	47	45	43	39	35	32	30	28
16 лет	58	55	52	49	47	43	40	36	34	32
17 лет и ст.	62	58	54	50	47	44	41	39	37	35

Спринт

6 лет	30 м	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,2	7,3	7,4	7,5	7,6
7 лет	30 м	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,1	7,2	7,3	7,4
8 лет	30 м	5,5	5,7	5,9	6,1	6,2	6,5	6,8	7,0	7,2	7,4
9 лет	30 м	5,0	5,2	5,4	5,6	5,7	6,0	6,3	6,5	6,7	6,9
10 лет	60 м	9,8	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6
11 лет	60 м	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,7	10,9	11,1	11,3	11,5
12 лет	60 м	9,1	9,4	9,7	10,0	10,2	10,5	10,8	11,0	11,2	11,4
13 лет	60 м	8,5	8,8	9,1	9,4	9,7	10,0	10,3	10,5	10,7	10,9
14 лет	60 м	8,1	8,4	8,7	9,0	9,2	9,5	9,8	10,0	10,2	10,4
15 лет	100 м	13,9	14,2	14,5	14,7	14,9	15,1	15,3	15,5	15,8	16,1
16 лет	100 м	13,5	13,8	14,1	14,3	14,5	14,7	14,9	15,0	15,1	15,2
17 лет и ст.	100 м	13,4	13,6	13,8	13,9	14,0	14,2	14,4	14,5	14,6	14,7

Бег на длинные дистанции

6 лет	800 м	4.33	4.45	4.57	5.09	5.20	5.40	6.00	6.20	6.40	7.00
7 лет	800 м	4.03	4.15	4.27	4.39	4.50	5.03	5.16	5.30	5.43	5.56
8 лет	800 м	3.57	4.05	4.13	4.21	4.30	4.42	4.54	5.05	5.17	5.29
9 лет	800 м	3.42	3.50	3.58	4.06	4.15	4.28	4.41	4.55	5.08	5.21
10 лет	1000 м	4.27	4.35	4.43	4.51	5.00	5.13	5.26	5.40	5.53	6.06
11 лет	1000 м	4.17	4.25	4.33	4.41	4.50	5.03	5.16	5.30	5.43	5.56
12 лет	1000 м	4.02	4.10	4.18	4.26	4.35	4.48	5.01	5.15	5.28	5.41
13 лет	1500 м	6.02	6.10	6.18	6.26	6.35	6.45	6.55	7.05	7.15	7.25
14 лет	1500 м	5.52	6.00	6.08	6.16	6.25	6.35	6.45	6.55	7.05	7.15
15 лет	3000 м	14.40	15.00	15.20	15.40	16.00	16.20	16.40	17.00	17.20	17.40
16 лет	3000 м	13.32	13.50	14.08	14.26	14.45	15.00	15.15	15.30	15.45	16.00
17 лет и ст.	3000 м	11.32	11.40	11.43	11.56	12.05	12.22	12.39	12.55	13.10	13.25

ДЕВУШКИ

Прыжки в длину с места (см)

6 лет	130	125	120	115	110	107	104	100	95	90
7 лет	138	135	132	129	125	120	115	110	105	100
8 лет	143	140	137	134	130	127	124	120	117	114
9 лет	153	150	147	144	140	137	134	130	127	124

Прыжки в длину с разбега (см)

10 лет	313	300	287	274	260	247	234	220	207	194
11 лет	320	310	300	290	280	263	246	230	213	196
12 лет	330	320	310	300	290	273	256	240	223	206
13 лет	370	360	343	326	310	293	276	260	243	226
14 лет	370	360	350	340	330	317	304	290	277	264
15 лет	397	380	363	346	330	323	316	310	303	296
16 лет	413	400	387	374	360	347	334	320	312	304
17 лет и ст.	413	400	387	374	360	350	340	330	320	310

Поднимание туловища за 1 мин (к-во раз)											
6 лет	34	32	30	28	27	25	24	23	22	21	
7 лет	37	35	33	32	31	29	27	25	23	21	
8 лет	41	38	35	33	31	29	27	25	23	21	
9 лет	41	39	37	35	33	31	29	28	27	26	
10 лет	42	40	38	36	35	33	32	31	30	29	
11 лет	44	42	40	38	37	35	33	32	31	30	
12 лет	44	42	40	38	37	35	33	32	31	30	
13 лет	44	42	40	39	38	36	34	32	31	30	
14 лет	44	42	40	39	38	36	35	33	32	31	
15 лет	46	44	42	41	40	38	36	34	33	32	
16 лет	46	44	42	41	40	38	36	35	34	33	
17 лет и ст.	46	44	42	41	40	38	37	36	35	34	
Челночный бег 4х9 м (сек)											
6 лет	12,6	12,9	13,2	13,5	13,7	13,9	14,1	14,4	14,7	15,0	
7 лет	12,0	12,1	12,4	12,6	12,8	13,1	13,4	13,6	13,8	14,0	
8 лет	12,0	12,2	12,3	12,5	12,7	12,9	13,1	13,2	13,3	13,4	
9 лет	11,3	11,5	11,7	11,9	12,0	12,3	12,6	12,9	13,1	13,3	
10 лет	10,9	11,2	11,5	11,8	12,0	12,2	12,3	12,4	12,5	12,6	
11 лет	10,6	10,8	11,0	11,2	11,3	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	
12 лет	10,6	10,8	11,0	11,2	11,3	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	
13 лет	10,6	10,8	11,0	11,2	11,3	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	
14 лет	10,3	10,5	10,7	10,9	11,0	11,4	11,7	12,0	12,1	12,2	
15 лет	10,3	10,5	10,7	10,9	11,0	11,4	11,7	12,0	12,1	12,2	
16 лет	10,3	10,5	10,7	10,9	11,0	11,4	11,7	12,0	12,1	12,2	
17 лет и ст.	10,2	10,4	10,6	10,7	10,8	11,2	11,5	11,8	11,9	12,0	
Метание мяча (м)											
6 лет	12	11	10	-	9	8	-	7	6	5	
7 лет	14	13	12	-	11	10	9	8	7	6	
8 лет	16	15	14	-	13	12	11	10	9	8	
9 лет	18	17	16	-	15	14	13	12	11	10	
10 лет	22	21	20	19	17	16	15	14	13	12	
11 лет	25	23	21	20	18	17	16	15	14	13	
12 лет	26	24	22	21	19	18	17	16	15	14	
13 лет	27	25	23	22	20	19	18	17	16	15	
14 лет	30	28	26	24	23	22	20	18	17	16	
15 лет	35	32	29	27	25	23	21	18	17	16	
16 лет	36	34	32	30	28	25	22	20	18	17	
17 лет и ст.	38	36	34	32	30	27	25	22	20	18	
Спринт											
6 лет	30 м	6,3	6,5	6,7	6,9	7,1	7,2	7,3	7,5	7,7	7,9
7 лет	30 м	6,1	6,3	6,5	6,7	6,9	7,0	7,1	7,3	7,5	7,7
8 лет	30 м	5,6	5,8	6,0	6,2	6,3	6,6	6,9	7,2	7,4	7,6
9 лет	30 м	5,1	5,3	5,5	5,7	5,8	6,1	6,4	6,7	7,0	7,3
10 лет	60 м	10,3	10,4	10,6	10,7	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6	11,8
11 лет	60 м	10,2	10,3	10,4	10,5	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6
12 лет	60 м	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,7	10,9	11,2	11,4	11,6
13 лет	60 м	9,5	9,7	9,9	10,1	10,2	10,3	10,5	10,7	10,9	11,1
14 лет	60 м	9,2	9,4	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,5	10,7	10,9
15 лет	100 м	15,7	16,0	16,3	16,5	16,7	17,0	17,2	17,4	17,6	17,8

16 лет	100 м	15,2	15,5	15,8	16,1	16,3	16,6	16,8	17,0	17,2	17,4
17 лет и ст.	100 м	15,0	15,3	15,6	15,9	16,1	16,4	16,6	16,8	17,0	17,2
Бег на длинные дистанции											
6 лет	600 м	4.50	5.00	5.10	5.20	5.30	5.55	6.20	6.45	7.10	7.35
7 лет	600 м	4.20	4.30	4.40	4.50	5.00	5.25	5.50	6.15	6.40	7.05
8 лет	600 м	3.50	4.00	4.10	4.20	4.30	4.55	5.20	5.45	6.10	6.35
9 лет	600 м	3.40	3.50	4.00	4.10	4.20	4.30	4.40	4.50	5.00	5.10
10 лет	800 м	4.05	4.15	4.25	4.35	4.45	4.57	5.09	5.20	5.30	5.40
11 лет	800 м	3.47	3.55	4.03	4.11	4.20	4.32	4.44	4.55	5.05	5.15
12 лет	800 м	3.37	3.45	3.53	4.01	4.10	4.22	4.34	4.45	4.57	5.09
13 лет	1000 м	4.42	4.50	4.58	4.06	5.15	5.27	5.39	5.50	6.02	6.14
14 лет	1000 м	4.22	4.30	4.38	4.46	4.55	4.07	4.19	5.30	5.40	5.50
15 лет	1000 м	4.02	4.10	4.18	4.26	4.35	4.42	4.49	4.55	5.02	5.10
16 лет	1000 м	3.53	4.00	4.07	4.14	4.20	4.30	4.40	4.50	5.00	5.10
17 лет и ст.	1000 м	3.48	3.55	4.02	4.09	4.15	4.25	4.35	4.45	4.55	5.05

Приложение 2

**60-бальная ТАБЛИЦА ОЧКОВ
СМОТРА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ**

ЮНОШИ

Очки	Бег					Прыжки		Метания		Очки
	60 м	100 м	1000 м	1500 м	3000 м	Длина	Высота	Мяч	Граната	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>
60	6,8	10,7	2.27,0	3.55,0	8.26,0	720	202	90	65	60
59	-	-	2.28,0	3.57,0	8.30,0	713	200	89	-	59
58	-	10,8	2.29,0	3.59,0	8.34,0	707	198	88	64	58
57	6,9	10,9	2.30,0	4.01,0	8.38,0	700	196	86	63	57
56	-	-	2.31,0	4.02,0	8.42,0	693	194	84	62	56
55	-	11,0	2.32,0	4.04,0	8.46,0	687	192	82	61	55
54	7,0	11,1	2.33,0	4.06,0	8.50,0	680	190	80	60	54
53	-	11,2	2.35,0	4.08,0	8.55,0	670	-	79	59	53
52	-	11,3	2.36,0	4.11,0	9.00,0	660	185	78	58	52
51	7,1	11,4	2.38,0	4.13,0	9.05,0	650	-	76	57	51
50	-	11,5	2.39,0	4.15,0	9.10,0	640	180	74	56	50
49	-	11,6	2.41,0	4.18,0	9.15,0	630	-	72	55	49
48	7,2	11,7	2.42,0	4.20,0	9.20,0	620	175	70	54	48
47	-	11,8	2.44,0	4.23,0	9.27,0	613	-	69	-	47
46	7,3	11,9	2.46,0	4.27,0	9.33,0	607	-	68	53	46
45	-	12,0	2.48,0	4.30,0	9.40,0	600	170	66	-	45
44	7,4	12,1	2.50,0	4.33,0	9.47,0	593	-	64	52	44
43	-	12,2	2.52,0	4.37,0	9.53,0	587	-	62	51	43
42	7,5	12,3	2.54,0	4.40,0	10.00,0	580	165	60	50	42
41	-	12,4	2.55,0	4.42,0	10.04,0	572	-	59	49	41

40	7,6	12,5	2.56,0	4.43,0	10.08,0	563	160	58	47	40
39	-	12,6	2.57,0	4.45,0	10.13,0	555	-	56	46	39
38	7,7	12,7	2.58,0	4.46,0	10.17,0	547	-	54	45	38
37	-	12,8	2.59,0	4.48,0	10.21,0	538	-	52	43	37
36	7,8	12,9	3.00,0	4.49,0	10.25,0	530	155	50	42	36
35	7,9	13,0	3.03,0	4.54,0	10.27,0	518	150	49	41	35
34	8,0	13,2	3.07,0	4.59,0	10.28,0	506	-	48	40	34
33	8,1	13,4	3.10,0	5.05,0	10.30,0	495	145	46	39	33
32	8,2	13,6	3.13,0	5.10,0	10.32,0	483	140	44	37	32
31	8,3	13,8	3.16,0	5.15,0	10.33,0	471	-	42	36	31
30	8,4	14,0	3.20,0	5.20,0	10.35,0	460	135	40	35	30
29	8,5	14,1	3.24,0	5.24,0	10.50,0	453	-	39	-	29
28	8,6	14,2	3.29,0	5.28,0	11.06,0	446	-	-	34	28
27	8,7	14,3	3.33,0	5.31,0	11.21,0	439	130	38	-	27
26	8,8	14,4	3.37,0	5.35,0	11.36,0	431	-	37	33	26
25	8,9	14,5	3.42,0	5.39,0	11.52,0	424	-	-	-	25
24	9,0	14,6	3.46,0	5.43,0	12.07,0	417	125	36	32	24
23	9,1	14,7	3.50,0	5.47,0	12.22,0	410	-	35	31	23
22	9,2	14,8	3.54,0	5.50,0	12.38,0	403	-	-	-	22
21	9,3	14,9	3.59,0	5.54,0	12.53,0	396	120	34	30	21
20	9,4	15,0	4.03,0	5.58,0	13.08,0	389	-	33	-	20
19	9,5	15,1	4.07,0	6.02,0	13.24,0	381	-	-	29	19
18	9,6	15,2	4.12,0	6.06,0	13.39,0	374	115	32	-	18
17	9,7	15,3	4.16,0	6.09,0	13.54,0	367	-	31	28	17
16	9,8	15,4	4.20,0	6.13,0	14.10,0	360	-	-	-	16
15	9,9	15,5	4.25,0	6.17,0	14.25,0	353	110	30	27	15
14	10,0	15,6	4.29,0	6.21,0	14.41,0	346	-	29	-	14
13	10,1	15,7	4.33,0	6.24,0	14.56,0	339	-	28	26	13
12	10,2	15,8	4.38,0	6.28,0	15.11,0	331	105	27	-	12
11	10,3	15,9	4.42,0	6.32,0	15.27,0	324	-	-	25	11
10	10,4	16,0	4.46,0	6.36,0	15.42,0	317	-	26	-	10
9	10,5	16,2	4.51,0	6.40,0	15.57,0	310	100	25	24	9
8	10,6	16,4	4.55,0	6.430,	16.13,0	303	-	-	-	8
7	10,7	16,6	5.00,0	6.47,0	16.28,0	296	-	24	23	7
6	10,8	16,8	5.03,0	6.51,0	16.43,0	289	95	23	-	6
5	10,9	17,0	5.08,0	6.55,0	16.59,0	282	-	-	22	5
4	11,0	17,2	5.12,0	6.59,0	17.14,0	275	-	22	-	4
3	11,1	17,4	5.16,0	7.02,0	17.29,0	268	90	21	21	3
2	11,3	17,7	5.21,0	7.06,0	17.45,0	264	-	-	-	2
1	11,5	18,0	5.25,0	7.10,0	18.00,0	260	85	20	20	1

Очки	Челночный бег 4x9 м	Подтягивание	Лыжные гонки		Плавание		Стрельба стоя, ВП, мишень № 8, 10м		Очки
			3 км	5 км	25 м	50 м	10 выстр.	5 выстр.	
60	7,5	35	8.47	14.39	12,2	24,5	95	50	60
59	-	-	8.56	14.54	-	24,7	94	49	59
58	7,6	34	9.05	15.09	12,3	24,8	92	48	58
57	7,7	-	9.14	15.24	12,4	25,0	90	-	57
56	-	33	9.23	15.39	12,5	25,2	88	47	56
55	7,8	32	9.32	15.54	-	25,3	86	46	55
54	-	-	9.41	16.09	12,6	25,5	85	45	54
53	7,9	31	9.53	16.29	12,9	26,2	84	44	53
52	8,0	30	10.05	16.49	13,1	26,8	82	43	52
51	-	-	10.17	17.09	13,3	27,5	80	-	51
50	8,1	29	10.29	17.29	13,5	28,2	78	42	50
49	8,2	28	10.41	17.49	13,8	28,8	76	41	49
48	-	-	10.53	18.09	14,0	29,5	75	40	48
47	8,3	27	11.08	18.35	14,3	30,1	74	39	47
46	8,4	26	11.24	19.00	14,5	30,7	72	38	46
45	-	-	11.39	19.26	14,8	31,3	70	-	45
44	8,5	25	11.54	19.51	15,0	31,8	68	37	44
43	-	24	12.09	20.17	15,3	32,4	66	36	43
42	8,6	-	12.25	20.42	15,5	33,0	65	35	42
41	8,7	23	12.40	21.14	16,0	34,0	64	34	41
40	-	22	12.55	21.46	16,5	35,0	62	33	40
39	8,8	21	13.10	22.18	17,0	36,0	60	-	39
38	8,9	20	13.25	22.50	17,5	37,0	58	32	38
37	-	19	13.40	23.22	18,0	38,0	56	31	37
36	9,0	18	13.55	23.54	18,5	39,0	55	30	36
35	-	17	14.19	24.35	19,1	40,2	54	29	35
34	9,1	16	14.42	25.15	19,7	41,3	52	28	34
33	9,2	15	15.06	25.56	20,3	42,5	50	-	33
32	-	14	15.30	26.37	20,8	43,7	48	27	32
31	9,3	13	15.53	27.17	21,4	44,8	46	26	31
30	9,4	12	16.17	27.58	22,0	46,0	45	25	30
29	9,5	-	16.45	28.44	22,7	47,2	44	24	29
28	9,6	11	17.14	29.29	23,3	48,3	42	23	28
27	9,7	-	17.42	30.15	24,0	49,5	40	-	27
26	9,8	-	18.11	31.00	24,7	50,7	38	22	26
25	9,9	10	18.39	31.46	25,3	51,8	36	21	25
24	10,1	-	19.07	32.32	26,0	53,0	35	20	24

23	10,1	-	19.36	33.17	26,7	54,2	34	19	23
22	10,2	9	20.04	34.03	27,3	55,3	32	18	22
21	10,3	-	20.32	34.48	28,0	56,5	30	-	21
20	-	-	21.01	35.34	28,7	57,7	28	17	20
19	10,4	8	21.29	36.19	29,3	58,8	26	16	19
18	10,5	-	21.58	37.05	30,0	1.00,0	25	15	18
17	10,6	-	22.26	37.51	30,7	1.01,2	24	14	17
16	10,7	7	22.54	38.36	31,3	1.02,3	22	13	16
15	-	-	23.23	39.22	32,0	1.03,5	20	-	15
14	10,8	-	23.51	40.07	32,7	1.04,7	18	12	14
13	10,9	6	24.19	40.53	33,3	1.05,8	16	11	13
12	11,0	-	24.48	41.39	34,0	1.07,0	15	10	12
11	11,1	-	25.16	42.24	34,7	1.08,2	13	9	11
10	11,2	5	25.45	43.10	35,3	1.09,3	11	8	10
9	11,3	-	26.13	43.55	36,0	1.10,5	9	-	9
8	11,4	-	26.41	44.41	36,7	1.11,7	8	7	8
7	11,5	4	27.10	45.26	37,3	1.12,8	7	6	7
6	11,6	-	27.38	46.12	38,0	1.14,0	6	5	6
5	-	-	28.06	46.58	38,8	1.15,4	5	4	5
4	11,7	3	28.35	47.43	39,6	1.16,8	4	-	4
3	11,8	-	29.03	48.29	40,4	1.18,2	3	3	3
2	11,9	-	29.32	49.14	41,2	1.19,6	2	2	2
1	12,0	2	30.00	50.00	42,0	1.21,0	1	1	1

ДЕВУШКИ

Очки	Бег						Прыжки		Оч-ки
	60	100	600	800	1000	1500	Длина	Высота	
60	7,5	12,2	1.34,0	2.13,0	2.50,0	4.33,0	6.00	175	60
59	-	12,3	1.34,9	2.14,0	2.52,0	4.35,7	5.93	-	59
58	7,6	12,4	1.35,7	2.15,0	2.53,0	4.38,3	5.87	-	58
57	-	12,5	1.36,5	2.17,0	2.55,0	4.41,0	5.80	170	57
56	7,7	12,6	1.37,3	2.18,0	2.57,0	4.43,7	5.73	-	56
55	-	12,7	1.38,2	2.19,0	2.58,0	4.46,3	5.67	-	55
54	7,8	12,8	1.39,0	2.20,0	3.00,0	4.49,0	5.60	165	54
53	-	12,9	1.40,3	2.22,0	3.02,0	4.52,5	5.53	-	53
52	7,9	13,1	1.41,5	2.24,0	3.04,0	4.56,0	5.47	-	52
51	8,0	13,2	1.42,8	2.26,0	3.07,0	4.59,5	5.40	160	51
50	-	13,3	1.44,0	2.27,0	3.09,0	5.03,0	5.33	-	50
49	8,1	13,5	1.45,3	2.29,0	3.11,0	5.06,5	5.27	-	49
48	8,2	13,6	1.46,5	2.31,0	3.13,0	5.10,0	5.20	155	48
47	-	13,7	1.47,9	2.33,0	3.16,0	5.15,4	5.13	-	47
46	8,3	13,9	1.49,3	2.35,0	3.20,0	5.20,7	5.07	-	46
45	8,4	14,0	1.50,7	2.37,0	3.23,0	5.26,0	5.00	150	45
44	-	14,1	1.52,2	2.38,0	3.26,0	5.31,3	4.93	-	44

43	8,5	14,3	1.53,6	2.40,0	3.30,0	5.36,7	4.87	-	43
42	8,6	14,4	1.55,0	2.42,0	3.33,0	5.42,0	4.80	145	42
41	8,7	14,6	1.56,2	2.44,0	3.35,0	5.44,2	4.75	-	41
40	8,8	14,7	1.57,3	2.46,0	3.36,0	5.46,3	4.70	-	40
39	-	14,9	1.58,5	2.48,0	3.38,0	5.48,5	4.65	140	39
38	8,9	15,0	1.59,7	2.49,0	3.39,0	5.50,7	4.60	-	38
37	9,0	15,2	2.00,8	2.51,0	3.41,0	5.52,8	4.55	-	37
36	9,1	15,3	2.02,0	2.53,0	3.42,0	5.55,0	4.50	135	36
35	9,2	15,6	2.04,5	2.57,0	3.47,0	6.02,5	4.40	-	35
34	9,4	15,9	2.07,0	3.00,0	3.51,0	6.10,0	4.30	-	34
33	9,5	16,2	2.09,5	3.04,0	3.56,0	6.17,5	4.20	130	33
32	9,6	16,4	2.12,0	3.08,0	4.01,0	6.25,0	4.10	-	32
31	9,8	16,7	2.14,5	3.11,0	4.05,0	6.32,5	4.00	-	31
30	9,9	17,0	2.17,0	3.15,0	4.10,0	6.40,0	3.90	120	30
29	-	17,1	2.20,6	3.18,0	4.13,0	6.42,7	3.84	-	29
28	10,0	17,2	2.24,2	3.22,0	4.17,0	6.45,5	3.78	-	28
27	-	17,3	2.27,7	3.26,0	4.20,0	6.48,2	3.72	115	27
26	10,1	17,4	2.31,3	3.29,0	4.23,0	6.51,0	3.66	-	26
25	-	17,5	2.34,8	3.33,0	4.26,0	6.53,8	3.60	-	25
24	10,2	17,6	2.38,4	3.37,0	4.30,0	6.56,5	3.54	110	24
23	-	17,7	2.41,9	3.40,0	4.33,0	6.59,3	3.48	-	23
22	10,3	17,8	2.45,5	3.44,0	4.36,0	7.02,0	3.42	-	22
21	10,4	17,9	2.49,0	3.48,0	4.39,0	7.04,8	3.36	-	21
20	-	18,0	2.52,6	3.51,0	4.43,0	7.07,6	3.30	105	20
19	10,5	18,1	2.56,1	3.55,0	4.46,0	7.10,3	3.24	-	19
18	-	18,2	2.59,7	3.58,0	4.49,0	7.13,1	3.18	-	18
17	10,6	18,3	3.03,2	4.02,0	4.53,0	7.15,8	3.12	-	17
16	-	18,4	3.06,8	4.06,0	4.56,0	7.18,6	3.06	-	16
15	10,7	18,6	3.10,3	4.09,0	4.59,0	7.21,4	2.99	100	15
14	-	18,7	3.13,9	4.13,0	5.02,0	7.24,1	2.93	-	14
13	10,8	18,8	3.17,4	4.17,0	5.06,0	7.26,9	2.87	-	13
12	-	18,9	3.21,0	4.20,0	5.09,0	7.29,6	2.81	95	12
11	10,9	19,0	3.24,5	4.24,0	5.12,0	7.32,4	2.75	-	11
10	11,0	19,1	3.28,1	4.27,0	5.16,0	7.35,2	2.69	-	10
9	-	19,2	3.31,6	4.31,0	5.19,0	7.37,9	2.63	90	9
8	11,1	19,3	3.35,2	4.35,0	5.22,0	7.40,7	2.57	-	8
7	-	19,4	3.38,7	4.38,0	5.25,0	7.43,4	2.51	-	7
6	11,2	19,5	3.42,3	4.42,0	5.29,0	7.46,2	2.45	-	6
5	-	19,6	3.45,8	4.46,0	5.32,0	7.49,0	2.39	85	5
4	11,3	19,7	3.49,4	4.49,0	5.35,0	7.51,7	2.33	-	4
3	-	19,8	3.52,9	4.53,0	5.38,0	7.54,5	2.27	-	3
2	11,4	19,9	3.56,5	4.56,0	5.42,0	7.57,2	2.21	-	2
1	11,5	20,0	4.00,0	5.00,0	5.45,0	8.00,0	2.15	80	1

Очки	Метание мяча	Целочный бег 4x9 м	Поднимание туловища за 1 мин.	Лыжные гонки		Плавание		Очки
				3 км	5 км	25 м	50 м	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
60	80	8,3	80	9.52	16.53	13,7	27,5	60
59	78	-	79	10.03	17.13	-	27,7	59
58	77	8,4	78	10.14	17.32	13,8	27,8	58
57	75	8,5	76	10.25	17.52	13,9	28,0	57
56	73	8,6	75	10.37	18.11	-	28,2	56
55	72	-	74	10.48	18.31	14,0	28,3	55
54	70	8,7	73	10.59	18.50	14,1	28,5	54
53	68	8,8	72	11.13	19.14	14,3	29,2	53
52	67	8,9	70	11.26	19.37	14,5	29,8	52
51	65	-	69	11.40	20.01	14,7	30,5	51
50	63	9,0	68	11.54	20.24	15,0	31,2	50
49	62	9,1	67	12.07	20.48	15,2	31,8	49
48	60	9,2	66	12.21	21.11	15,4	32,5	48
47	58	-	64	12.38	21.41	15,7	33,1	47
46	56	9,3	63	12.55	22.10	15,9	33,7	46
45	54	9,4	62	13.12	22.40	16,2	34,3	45
44	51	-	61	13.30	23.09	16,4	34,8	44
43	49	9,5	60	13.47	23.39	16,7	35,4	43
42	47	9,6	58	14.04	24.08	16,9	36,0	42
41	46	9,7	57	14.26	24.45	17,4	37,0	41
40	-	-	56	14.47	25.23	17,9	38,0	40
39	45	9,8	55	15.09	26.00	18,4	39,0	39
38	44	9,9	54	15.31	26.37	18,9	40,0	38
37	-	10,0	52	15.52	27.15	19,4	41,0	37
36	43	-	51	16.14	27.52	19,9	42,0	36
35	41	10,1	50	16.44	28.43	20,5	43,2	35
34	39	10,2	49	17.13	29.34	21,1	44,3	34
33	37	10,3	48	17.43	30.25	21,7	45,5	33
32	34	-	46	18.13	31.16	22,2	46,7	32
31	32	10,4	45	18.42	32.07	22,8	47,8	31
30	30	10,5	44	19.12	32.58	23,4	49,0	30
29	29	-	-	19.41	33.43	24,1	50,5	29
28	-	10,6	43	20.09	34.29	24,9	51,9	28
27	28	10,7	-	20.38	35.15	25,6	53,3	27
26	-	-	42	21.06	36.00	26,4	54,8	26
25	27	10,8	-	21.35	36.46	27,1	56,2	25

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
24	-	10,9	41	22.03	37.31	27,9	57,6	24
23	26	-	-	22.32	38.17	28,6	59,0	23
22	-	11,0	40	23.00	39.03	29,4	1.00,4	22
21	25	11,1	-	23.29	39.48	30,1	1.01,8	21
20	24	-	39	23.58	40.34	30,8	1.03,2	20
19	-	11,2	-	24.26	41.19	31,6	1.04,6	19
18	23	11,3	38	24.55	42.05	32,3	1.06,0	18
17	-	-	-	25.23	42.51	33,1	1.07,4	17
16	22	11,4	37	25.52	43.36	33,8	1.08,9	16
15	-	-	-	26.20	44.22	34,6	1.10,3	15
14	21	11,5	36	26.49	45.07	35,3	1.11,7	14
13	-	11,6	-	27.17	45.53	36,1	1.13,1	13
12	20	-	35	27.46	46.39	36,8	1.14,5	12
11	-	11,7	-	28.15	47.24	37,6	1.15,9	11
10	19	11,8	34	28.43	48.10	38,3	1.17,3	10
9	18	11,9	-	29.12	48.55	39,0	1.18,7	9
8	-	-	33	29.40	49.41	39,8	1.20,1	8
7	17	12,0	-	30.09	50.26	40,5	1.21,5	7
6	-	-	32	30.37	51.12	41,3	1.23,0	6
5	16	12,1	-	31.06	51.58	42,0	1.24,4	5
4	-	12,2	31	31.34	52.43	42,8	1.25,8	4
3	15	-	-	32.03	53.29	43,5	1.27,2	3
2	-	12,3	-	32.31	54.14	44,3	1.28,6	2
1	14	12,4	30	33.00	55.00	45,0	1.30,0	1

* **ПРИМЕЧАНИЕ:** результаты выделенные полужирным шрифтом, соответствуют – 60 очков - КМС, 54 очка - I разряд, 48 очков - II разряд, 42 очка - III разряд, 36 очков - I юн. разряд, 30 очков - юн. разряд (Единая спортивная классификация Республики Беларусь 2001-2004 гг.).

**Единая спортивная классификация Республики Беларусь
2001 - 2004 гг.
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

Вид	Звания и разряды, результаты							
	МСМК	МС	КМС	I	II	III	I юн.	юн.
Кросс, км (мин, с)								
Мужчины								
1	-	-	-	-	2.42,0	2.52,0	3.02,0	3.20,0
2	-	-	-	-	6.00,0	6.20,0	6.40,0	7.20,0
3	-	-	8.28,0	8.50,0	9.20,0	10.00,0	10.30,0	11.30,0
5	-	-	14.40,0	15.20,0	16.20,0	17.20,0	18.20,0	20.00,0
8	-	-	24.20,0	25.20,0	27.00,0	28.30,0	30.00,0	-
12	-	-	37.40,0	39.20,0	42.00,0	45.00,0	-	-
Женщины								
1	-	-	-	3.01,0	3.14,0	3.30,0	3.42,0	4.10,0
2	-	-	6.17,0	6.40,0	7.10,0	7.50,0	8.10,0	9.15,0
3	-	-	9.50,0	10.25,0	11.10,0	12.20,0	12.45,0	-
4	-	-	13.20,0	14.05,0	15.10,0	16.15,0	17.20,0	-
6	-	-	20.40,0	22.00,0	23.30,0	25.00,0	27.00,0	-
МУЖЧИНЫ								
Бег, м (мин., сек.)								
30	-	-	-	-	-	-	4,4	4,8
60	-	6,6	6,8	7,0	7,2	7,5	7,8	8,4
100	-	10,4	10,7	11,1	11,7	12,4	12,8	14,0
200	-	21,1	21,8	22,8	24,0	25,5	26,7	29,4
300	-	-	33,8	35,3	37,3	40,0	41,5	46,0
400	-	47,5	49,0	51,0	54,0	57,0	1,00,0	1,06,0
600	-	-	1,21,0	1,25,0	1,29,5	1,37,0	1,40,0	1,50,0
800	1,46,3	1,50,0	1,54,5	1,59,0	2,06,0	2,16,0	2,21,0	2,36,0
1000	2,18,0	2,21,0	2,27,0	2,33,0	2,42,0	2,54,0	3,00,0	3,20,0
1500	3,38,5	3,46,0	3,55,0	4,06,0	4,20,0	4,40,0	4,49,0	5,20,0
3000	7,55,0	8,05,0	8,26,0	8,50,0	9,20,0	10,00,0	10,25,0	-
Прыжки с разбега (м)								
В высоту	2,28	2,14	2,02	1,90	1,75	1,65	1,55	1,35
В длину	8,00	7,60	7,20	6,80	6,20	5,80	5,30	4,60
Метания (м)								
Гранаты	-	-	-	-	54,00	50,00	42,00	35,00
мяча	-	-	-	-	70,00	60,00	50,00	40,00
толкание ядра	19,50	17,50	16,00	14,20	12,30	10,80	9,40	7,50

ЖЕНЩИНЫ								
Бег, м (мин., сек.)								
30	-	-	-	-	-	-	5,0	5,5
60	-	7,2	7,5	7,8	8,2	8,6	9,1	9,9
100	-	11,7	12,2	12,8	13,6	14,4	15,3	17,0
200	-	24,0	25,2	26,6	28,5	31,0	32,4	36,0
300	-	-	39,0	41,0	44,0	48,0	50,0	56,0
400	-	54,0	56,3	1,00,0	1,04,0	1,09,0	1,13,0	1,22,0
600	-	-	1,34,0	1,39,0	1,46,5	1,55,0	2,02,0	2,17,0
800	2,01,0	2,06,0	2,13,0	2,20,0	2,31,0	2,42,0	2,53,0	3,15,0
1000	2,37,0	2,41,0	2,50,0	3,00,0	3,13,0	3,33,0	3,42,0	4,10,0
1500	4,06,0	4,18,0	4,33,0	4,49,0	5,10,0	5,42,0	5,55,0	6,40,0
3000	8,56,0	9,20,0	9,48,0	10,23,0	11,10,0	12,00,0	12,45,0	-
Прыжки с разбега (м)								
В высоту	1,92	1,82	1,75	1,65	1,55	1,45	1,35	1,20
В длину	6,70	6,30	6,00	5,60	5,20	4,80	4,50	3,90
Метания (м)								
Гранаты	-	-	-	-	40,0	35,0	31,0	23,0
Мяча	-	-	-	-	60,0	47,0	43,0	30,0
Толкание ядра	18,70	16,0	14,50	12,60	10,50	8,50	7,40	5,50

Оглавление

Введение	3 стр.
Условия проведения соревнований	4 стр.
Организация соревнований круглогодичной спартакиады учреждения образования	5 стр.
Системы проведения соревнований	9 стр.
Особенности организации круглогодичной спартакиады учреждения образования	25стр.
Вопросы организации спартакиады учреждения образования	35стр.
Литература	38стр.
Приложения:	
Нормативы 10-бальной оценки смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси»	40стр.
60-бальная таблица очков смотра уровня физической подготовленности учащихся	43стр.
Единая спортивная классификация Республики Беларусь 2001-2004гг. Легкая атлетика.	50стр.