

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор

З.А.Емельянова



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Первенства ДЮСШ №1 г. Данилова  
по Общей физической подготовке

### 1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью:

- привлечения учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- формирования здорового образа жизни, укрепления здоровья учащихся;
- выявление одарённых юных спортсменов школ;
- дальнейшего развития физической культуры и спорта в районе.

### 2. Место и время проведения

Соревнования проводятся 31 октября-1 ноября 2019 года в г. Данилово, в спортивном зале МБОУ СШ №1. Начало соревнований в 10.00 часов. Главный судья соревнований Болотова Елена Ивановна

### 3. Участники соревнования

К соревнованиям допускаются все учащиеся спортивной школы 5 возрастных групп:

- 2002- 2003 годов рождения,
- 2004- 2005 годов рождения,
- 2006 - 2007 годов рождения,
- 2008 - 2009 годов рождения.
- 2010 - 2011 годов рождения,

### 4. Программа соревнований

1. Подтягивание за 1 мин. + отжимания за 1 мин.;
2. Прыжок в длину с места;
3. тройной прыжок;
4. Челночный бег (7x10)

### 5. Определение победителей

Личное первенство определяется в каждой возрастной группе (девочки отдельно от мальчиков), по наименьшей сумме мест 4 видов программы. При равенстве баллов победитель определяется по наибольшей сумме силовых видов.

### 6. Награждение

Участники, занявшие 1 - 3 места, в каждой возрастной группе, награждаются медалями и грамотами.

**ВНИМАНИЮ УЧАЩИХСЯ!**

**Все участники соревнований должны иметь сменную обувь.**