

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении школьного этапа краевых соревнований среди
школьников по самбо в рамках Всероссийского проекта
«Самбо в школу»

1. Общие положения

Школьный этап краевого фестиваля «Познаю мир самбо» среди обучающихся общеобразовательных организаций (далее – Фестиваль) проводится во исполнение распоряжения Президента Российской Федерации «О мерах по поддержке и развитию самбо в Российской Федерации» от 16 ноября 2018 г. №338-рп.

Фестиваль проводится с целью привлечения обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, популяризации и развития самбо на территории муниципального образования Крымский район, профилактике правонарушений среди несовершеннолетних.

РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Организация и проведение школьного этапа Фестиваля осуществляется в соответствии с положением о физкультурном мероприятии, утвержденным управлением образования администрации муниципального образования Крымский район.

МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ

Школьный этап Фестиваля среди школьников в возрасте 10 -12 лет по самбо в рамках Всероссийского проекта «Самбо в школу» проводится в период с 16 мая по 26 мая 2022 года.

ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Школьный этап:

Виды программы школьных соревнований в рамках Фестиваля:

1. Интеллектуальная викторина «Самбо. Спорт, Здоровье»

Интеллектуальная викторина «Самбо. Спорт. Здоровье» проводится среди всех участников проекта «самбо в школу» реализующих образовательные программы 10 - 12 лет.

2. Задания викторины представлены следующими темами:

3. - история и Культура России;
4. - история самбо;
5. - правила самбо;
6. - техника самбо;
7. физическая культура, спорт и здоровый образ жизни.

Принять участие в викторине можно пройдя по ссылке:

<https://forms.yandex.ru/u/6246ce8da4b26142b38c0541/>

Оценка производится по количеству правильно выполненных заданий участником.

Результаты интеллектуальной викторины будут направлены региональному координатору проекта «Самбо в школу» и на электронную почту общеобразовательной организации, указанной в электронной заявке.

2. Самозащита без оружия.

Принимают участие все члены команды.

Участники демонстрируют комплекс технических действий самбо в соответствии с представленным перечнем приёмов и критериями оценки техники их выполнения. Демонстрация технических приёмов самбо выполняется на ковре (допускается использование гимнастических матов или татами) в единой спортивной форме (шорты, футболка).

Перечень приемов и критерии оценки техники их выполнения: Исходное положение для вида программы «самостраховка» (п.1-4) круглый полуприсед (колени врозь, туловище согнуто вперед, руки вниз, голова опущена).

1 Самостраховка при падении на спину перекатом.

Ошибки:

- запрокидывание головы;
- одновременное касание лопатками и тазом (плоская спина);
- неправильное положение рук и ног.

2 Самостраховка при падении на бок перекатом.

Ошибки:

- касание головой поверхности пола;
- одновременное касание лопаткой и тазом (плоская спина);

- неправильное положение
рук и ног.

3 Самостраховка при падении вперёд на бок кувырком.

Ошибки:

- одновременное касание при кувырке плечом и тазом;
- удар или касание головой поверхности;
- неправильное положение рук и ног.

4 Самостраховка при падении на руки вперед.

Ошибки:

- нет амортизации с помощью уступающего сгибания рук;
- касание поверхности лицом;
- ноги согнуты в коленных суставах (удар коленями).

5 Бросок задняя подножка.

Ошибки:

- атакуемая нога ассистента не загружена;
- потеря равновесия (после броска участник касается поверхности ковра рукой или коленом, или садится на ягодицы);
- после завершения броска участник отпускает захват руки ассистента (теряет контроль).

6 Бросок захватом ноги.

Ошибки:

- отсутствует выведение из равновесия (участник высоко поднимает захваченную ногу и недостаточно тянет руку ассистента вниз);
- после завершения броска участник отпускает захват ноги ассистента (теряет контроль);
- потеря равновесия (после броска участник касается поверхности ковра рукой или коленом).

7 Бросок задняя подножка с захватом ноги.

Ошибки:

- участник не перекрывает ногу (нет подножки) позволяя ассистенту восстановить равновесие;
- после завершения броска участник отпускает захват ноги (теряет контроль);
- потеря равновесия (после броска участник касается поверхности ковра рукой или коленом, или садится на ягодицы).

8 Бросок через бедро.

Ошибки:

- бросок выполняется с выпрямленными ногами в начальной фазе;
- после завершения броска участник отпускает захват руки ассистента (теряет контроль);

- потеря равновесия (после броска участник касается поверхности ковра рукой или коленом, или садится на ягодицы).

9 Рычаг руки ассистенту, лежащему на груди.

Ошибки:

- не выполнен захват руки ассистента двумя руками за запястье;
- туловище участника не фиксирует туловище ассистента;
- ноги участника не обеспечивают устойчивость в переднезаднем направлении (положение барьерного шага).

10 Ущемление ахиллова сухожилия захватом разноименной ноги и упором под коленку другой ноги ассистента.

Ошибки:

участник разводит локти в стороны и не фиксирует атакуемую голень ассистента;

- участник при проведении приёма не фиксирует своей ногой атакуемую ногу ассистента;

- участник проводит ущемление не лучевой костью, а внутренней поверхностью предплечья.

За выполнение каждого приема насчитываются очки:

- 1 очко – начисляется при выполнении приема, но при наличии 2-х ошибок;
- 2 очка – начисляются при выполнении приема, но при наличии 1-й ошибки;
- 3 очка – начисляется при выполнении приема без ошибок.

Победителем считается участник набравший наибольшее количество очков.

УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в Фестивале допускаются обучающиеся 10-12 лет, отнесенные к основной медицинской группе для занятия физической культурой и спортом, в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утвержденными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 6 мая 2014 г. № 4.