

УТВЕРЖДАЮ:

И.О. Директора –
заместитель директора по СМР
Санкт-Петербургского
государственного бюджетного
учреждения
«Центр физической культуры, спорта
и здоровья Выборгского района»



А.В. Маркив

2019 г.

РЕГЛАМЕНТ

о проведении соревнования
по военно-спортивным тестам в рамках
Спартакиады допризывной молодежи
Выборгского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург
Выборгский район
2019

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнования проводятся в соответствии с календарем физкультурных и спортивных мероприятий СПб ГБУ «Центра физической культуры, спорта и здоровья» Выборгского района Санкт-Петербурга, Положением о проведении Спартакиады молодежи допризывного возраста Выборгского района Санкт-Петербурга в 2019 году.

Соревнования проводятся с целью содействия подготовке молодежи Санкт-Петербурга допризывного возраста к военной службе.

Основные задачи:

- повышение уровня разносторонней физической подготовленности юных петербуржцев, развитие и формирование физических качеств и прикладных двигательных навыков, обеспечивающих физическую готовность к защите Отечества;
- дальнейшее совершенствование организации и проведения спортивно-массовой, физкультурно-оздоровительной работы с допризывной молодежью, популяризация технических и военно-прикладных видов спорта, повышение престижа военной службы;
- вовлечение подрастающего поколения в систематические занятия физической культурой и спортом, воспитание гражданственности и патриотизма, формирование стремления к здоровому образу жизни, профилактика и преодоление вредных привычек;
- определение и поощрение администрацией Выборгского района, организаций и учреждений, а также специалистов, добившихся наиболее высоких результатов в спортивно-массовой работе с молодежью допризывного возраста;
- качественная подготовка сборных команд Выборгского района к участию в городских этапах Спартакиады молодежи допризывного возраста 2019 года и в иных городских и всероссийских состязаниях по техническим и военно-прикладным видам спорта.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Дата проведения: 19.09.2019

Место проведения: ГБОУ СОШ №104 (ул. Харченко, д. 27).

Начало соревнований: 10:00

График команд определяется после подачи заявок.

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство осуществляется отделом физической культуры, спорта и молодежной политики администрации Выборгского района Санкт-Петербурга.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» (далее - Центр спорта).

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ

В соревновании участвуют сборные команды средних общеобразовательных школ и средних специальных учебных заведений Выборгского района Санкт-Петербурга. Команда состоит из 6 юношей данного учреждения 2001 (до дня рождения включительно), 2002-2004 годов рождения.

Форма одежды участников: спортивная.

Руководитель команды (представитель) несет ответственность за соблюдение участниками правил по технике безопасности и условий проведения соревнований, обязан иметь и предъявлять по требованию судейской коллегии документы, удостоверяющие личность участников и их возраст, а также подтверждающие правомерность их включения в соответствующие сборные команды.

5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

1) Подтягивание на высокой перекладине.

На выполнение упражнения участнику дается 4 минуты. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.

В ходе выполнения упражнения участнику соревнований разрешается использовать магнезию.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из вися на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение. При нарушении правил выполнения упражнения судья подает команду «Нет!».

Ошибки, в результате которых испытание (подтягивание) не засчитывается:

- подбородок участника оказался ниже уровня грифа перекладины;
- подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища);
- при принятии исходного положения руки участника согнуты в локтевых суставах;
- участник при выполнении упражнения осуществил передвижение по грифу перекладины;
- при движении вверх у участника ноги согнуты в коленных суставах;
- поочередное (неравномерное) сгибание рук.

По команде старшего судьи «К снаряду!», участник подходит к перекладине, и в течение одной минуты готовится к выполнению упражнения. Через одну минуту старший судья подает команду «Начинайте!», после чего участник принимает исходное положение, услышав команду «Можно!» приступает к выполнению упражнения.

При выполнении упражнения судья громко и четко ведет счет выполненных (засчитанных) подтягиваний. По окончании выполнения упражнения судья-секретарь фиксирует в протоколе количество правильно выполненных подтягиваний.

2) Бег на 100 м.

Соревнования в беге на 100 метров проводятся в соответствии с действующими правилами соревнований по легкой атлетике.

Бег на 100 м проводится на беговой дорожке с низкого старта с использованием стартовых колодок или без них. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды. Участники занимают места строго на своих дорожках. Участники занимают места строго на своих дорожках. Старт осуществляется на три команды: «На старт! Внимание! Марш!». Судья-стартер перед стартом должен объяснить участникам как будет подаваться стартовый сигнал (выстрелом, свистком или голосом).

После того как участник соревнований занял окончательную позицию перед стартом, он не должен стартовать до выстрела, свистка или команды голоса. Если по мнению судьи-стартера он сделал это раньше, объявляется фальстарт. В дальнейшем любой участник, стартовавший до сигнала дисквалифицируется.

Результаты участников соревнований в беге на 100 м оцениваются в соответствии с Приложением № 3 к данному Регламенту.

3) Бег на 1000 м.

Соревнования в беге на 1000 метров проводятся в соответствии с действующими правилами соревнований по легкой атлетике.

Бег на 1000 метров проводится по беговой дорожке стадиона из положения высокого старта. Группа участников выстраивается за 3 метра до стартовой линии. Помощник стартера называет участника, тот называет свой номер.

По команде «На старт!» участники занимают свои места перед линией старта. После выстрела стартера из пистолета или команды «Марш!» они начинают движение. При беге участникам запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции.

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие I, II и III места в военно-спортивных тестах, награждаются грамотами и кубками а их участники - медалями и грамотами.

Победители и призёры в личном зачёте соревнований награждаются грамотами и медалями. Победители и призёры в отдельных видах программы награждаются грамотами.

7. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с проведением соревнований, приобретением грамот, награждением победителей соревнований, финансируются за счет средств бюджета Санкт-Петербурга, выделенных СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» на 2019 год.

8. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительная электронная заявка на участие в соревновании подаются в СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» по электронной почте odp_cfkzs.vyb@mail.ru до 14-00 18 сентября 2019г. В предварительной заявке указывается название команды (организации), ФИО участников соревнований, ФИО и номер контактного телефона руководителя команды.

При отсутствии предварительной электронной заявки команда на соревнования не допускается!!!

Официальная заявка на участие в соревнованиях подается не позднее, чем за 30 минут до начала соревнований. Заявка от команды подписывается руководителем (представителем) команды, заверяется врачом (возможно предоставление медицинских справок на каждого участника), подписью руководителя организации и печатью учреждения.

Начальник отдела
по работе с молодежью
допризывного возраста



С.В. Черноножкин