

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
Санкт-Петербургского
государственного бюджетного учреждения
«Центр физической культуры, спорта
и здоровья Выборгского района»



 О.В.Скуратова

2017 г.

РЕГЛАМЕНТ

**о проведении соревнований
по военизированному кроссу Спартакиады молодежи допризывного
возраста Выборгского района Санкт-Петербурга 2017 года.**

Санкт-Петербург
Выборгский район
2017 год

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнования по военизированному кроссу 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 2017 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 2017 года и в иных городских и всероссийских состязаниях по техническим и военно-прикладным видам спорта.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Дата проведения: 19.09.2017 года.

Место проведения: ГБОУ Гимназия № 104, ул. Харченко, д. 27.

Начало соревнований: с 11:00 часов.

График старта команд определяется после подачи заявок.

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство осуществляется отделом физической культуры, спорта и молодежной политики, отделом образования 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) и государственное бюджетное учреждение гимназия № 104 (далее - ГБОУ гимназия №104).

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ

В соревновании участвуют сборные команды общеобразовательных учебных учреждений, средних специальных учебных учреждений, военно-патриотических клубов, подростково-молодежных клубов Выборгского района Санкт-Петербурга. Каждая команда состоит 8 юношей данного общеобразовательного учреждения 2000-2002 годов рождения.

5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Программа соревнований:

Соревнования лично-командные. Дистанция военизированного кросса 1,5 километра (старт-бег 500 метров - метание мяча на точность - бег 500метров-подтягивание на высокой перекладине - бег 500 метров - финиш).

Старт в беге групповой (в составе сборных команд ГБОУ СОШ).

Для метания на точность используются мяч (вес 150 г.) Три мяча находятся у линии начала сектора метания. Метание мяча производится с места или с разбега в круг

диаметром 2 метра. Каждый участник последовательно метает мячи до первого попадания в круг, после чего по команде судьи продолжает бег. При не попадании в круг участник штрафуются на 30 секунд.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из виса хватом сверху, руки и туловище прямые, ступни ног сомкнуты. При выполнении подтягивания подбородок должен подняться выше грифа перекладины, опускание в вис осуществляется до полного выпрямления рук, вис фиксируется на 0,5-1 сек., рывковые, маховые и волнообразные движения не допускаются. Разрешается незначительное сгибание и разведение ног. Необходимое количество повторений для зачета 7, за каждое не выполненное повторение ниже нормы (7 раз) участник штрафуются на 10 секунд (при выполнении 0 повторений участнику начисляется 1 мин 50 сек штрафного времени). После подтягивания на высокой перекладине по команде судьи участник продолжает бег до финиша.

Личные места в военизированном кроссе определяются по лучшему результату с учетом штрафного времени. В случае равенства результатов преимущество отдается участнику, подтянувшемуся большее количество раз, затем попавшему гранатой в круг. Если это не позволяет выявить победителя, более высокое место получает участник, стартовавший раньше.

Для определения результатов среди команд, учитываются результаты 7 лучших участников каждой команды.

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды занявшие I, II и III места в общем зачете, а также участники этих команд награждаются грамотами. Победители и призеры в отдельных видах программы, так же награждаются грамотами.

7. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с награждением победителей и призеров соревнований, финансируются за счет средств бюджета Санкт-Петербурга, выделенных СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» на 2017 год.

8. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в соревновании подаются в СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» по электронной почте odr_cfksz.vyb@mail.ru или по телефону 591-66-36. В предварительной заявке указывается номер общеобразовательного учреждения, количество участников соревнований, ФИО и номер контактного телефона руководителя команды. Заявку прислать не позднее **17:00 часов 17.09.2017.**

Официальная заявка (Приложение № 1) на участие в соревнованиях подается не менее 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.

Специалист отдела
по работе с молодежью
допризывного возраста



М.Д.Новицкий

ЗАЯВКА

на участие в соревновании **Выборгского района Санкт-Петербурга** по _____

(в рамках Спартакиады молодежи допризывного возраста в Выборгском районе Санкт-Петербурга в 2017 году)

от команды _____

№ п/п	Фамилия и имя участника соревнований	Дата рождения	Домашний адрес	Паспортные данные	Виза врача
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Допущено к соревнованиям _____ участников.

Врач _____
(подпись, фамилия, дата и печать)

Руководитель команды _____

_____ (должность, ФИО, номер телефона)

(подпись)

Правильность заявки подтверждаю:

Директор учреждения _____ (_____)
(подпись) (расшифровка)