

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении **III** Асиновской районной круглогодичной Спартакиады «Звезда Победы!» - VI этап.

Место, время и дата проведения: 13 марта 2020г. по адресу: г. Асино, ул. Партизанская, 47, стрелковый ТИР, гимнастическая площадка на территории ЦТДМ. С 10-00 до 13-00 часов сельские школы, с 13-00 до 16-00 часов городские школы и объединения.

Форма одежды парадная или повседневная с головными уборами, оборудованная символикой объединения.

Участвует команда в составе: 5-7 класс - 5 юношей.

8-11 класс - 5 юношей и 2 девушки.

- участвуют юноши, возраст которых на день соревнований соответствует возрастной группе 5-7 классов, допускается участвовать юношам и девушкам, возраст которых на день соревнований меньше возрастной группы 8-11 классов (младшие за старших).

- замена участников соревнований разрешается с разрешения главного судьи соревнований.

Стрельба из ПН-винтовки.

Стрельба выполняется из ПН-винтовки любого образца типа МР, ИЖ и другими неспортивными ПН-винтовками, но с открытым прицелом, из положения «сидя» с опорой локтя по мишени № 8 (упражнение П-ВП) с расстояния **10 метров** (ни одна часть тела стрелка не должна располагаться ближе 10 метров к мишени). Три пули пробных выполняются в левую мишень и пять пуль в зачёт в правую мишень, **пулями любого образца, но с тупым наконечником (пулями участники обеспечивают себя сами)**. Общее время на стрельбу участника не более 10-ти минут.

- стрельба выполняется из ПН-винтовки, которая соответствует требованиям и допущена к упражнению судьёй по оружию;
- каждая команда выполняет упражнение из своей ПН-винтовки (количество ПН-винтовок не ограничено);
- во время выполнения упражнения должен использоваться один и тот же прошедший проверку и допущенный экземпляр оружия, снаряжения и одежды.

Пневматическая винтовка:

- винтовка, действующая на сжатом воздухе или СО 2;
- калибр 4,5 мм;
- внешние грузы запрещены;
- нажатие спуска курка произвольное, исключая самопроизвольные выстрелы;
- все ограниченные Правилами размеры винтовки перечислены в Приложении 15 (стр. 80) Правил соревнований по полиатлону 1999 года.

ПРИМЕЧАНИЕ

Участник без предупреждения отстраняется от участия в соревнованиях, если он:

- грубо нарушает меры безопасности, то есть произвёл выстрел до команды «Огонь» или после команды «Отставить стрельбу», направляет оружие (даже незаряженное) в сторону зрителей, судей или других стрелков;
- после проверки и допуска заменил оружие, одежду, не прошедшие проверку;
- сознательно произвёл выстрел вне огневой позиции.

Если участник произвёл в упражнении зачётных выстрелов больше, чем предусмотрено Правилами, то:

- лишние выстрелы аннулируются, лучшие пробоины (по числу лучших выстрелов);
- за каждый лишний выстрел, кроме того, участник штрафуются на 2 очка.

Промахи, нарушения Правил и ошибки:

- если при стрельбе участник произвёл компрессионный камерой («хлопок») без пульки в стволе оружия после того, как выставлена зачётная мишень, то этот выстрел засчитывается как промах («ноль»);
- при выполнении стрельбы осечки не учитываются и не дают право на добавочное время.

Определение достоинства пробоин:

- запрещено кому-либо прикасаться к пробоинам в мишени;
- пробоина в мишени засчитывается в большую сторону, если калибр пули накрывает или касается внешней стороны габаритной линии;
- наличие совмещённой (сдвоенной) пробоины засчитывается только в том случае, если виден след второй пули на мишени или щите;
- если два судьи расходятся в оценке спорной пробоины, то приглашается третий судья и решение принимается большинством голосов;

- на решение судей могут подаваться только протесты, связанные с арифметическими ошибками или ошибками в записи результатов.

Подтягивание на перекладине (юноши).

Силовое упражнение выполняется за ограниченное время - 3 минуты. Участник подходит к снаряду и встаёт в спортивно-гимнастическую стойку. По команде «к снаряду» участник делает наскок и выполняет упражнение. Судья производит счёт на каждое выполненное упражнение. Участник при выполнении подтягивания обязан выполнить упражнения, поднимая подбородок за перекладину, где судья засчитывает верхнее положение и произносит слово «есть», после чего участник выполняет упражнение вниз на прямые руки, а судья произносит счёт выполненного упражнения. Например: «один, два, три и т.д.». Участник в нижнем положении должен зафиксироваться не менее 1 секунды, затем продолжить подтягивание. По окончании упражнения участник делает соскок и уходит с площадки.

Запрещено:

- закидывать ноги за спину и прогибаться;
- делать «рывки» и «волны» головой, плечами и туловищем.

ПРИМЕЧАНИЕ

- ◆ каждое правильно выполненное упражнение в исходное положение сопровождается объявлением счёта засчитанных подтягиваний судьёй-счётчиком;
- ◆ при нарушении правил выполнения упражнения старший судья кратко называет ошибку, а судья-счётчик объявляет счёт;
- ◆ судья-хронометрист информирует об истечении выполнения упражнения свистком;
- ◆ если участник не успел в контрольное время зафиксировать последнее, правильно выполненное упражнение до исходного положения, это упражнение не засчитывается.

Ошибки при выполнении подтягивания:

- ◆ подбородок при подтягивании уходит в сторону от перекладины;
- ◆ при подтягивании происходит попеременное выполнение тяги рук с правой на левую, или наоборот.

Сгибание – разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки).

Сгибание-разгибание рук выполняется из исходного положения упор на полу (на специальной площадке для отжимания), выпрямленные перед собой руки упираются на ладони (направление пальцев вперёд) в пол на ширине плеч. Плечи, туловище и ноги составляют прямую линию, ноги разведены на ширину стоп, пальцы стоп упираются в пол без дополнительного упора.

Упражнение выполняется на контактной платформе в течение 3 мин.

При сгибании-разгибании рук участник обязан:

- по команде «Внимание» принять неподвижное стартовое положение (исходное положение) и услышав свисток судьи, приступить к выполнению упражнения;
- из исходного положения, согнуть руки, прикоснуться грудью к контактной платформе;
- разогнув руки, вернуться в исходное положение;
- при выполнении упражнения плечи, туловище и ноги должны постоянно составлять прямую линию;
- по второму свистку судьи закончить упражнение.

Запрещено:

- касаться бёдрами пола;
- делать «рывки» и «волны» головой, плечами и туловищем.

ПРИМЕЧАНИЕ

- ◆ каждое правильно выполненное сгибание-разгибание рук в исходное положение сопровождается объявлением счёта засчитанных сгибаний-разгибаний рук судьёй-счётчиком;
- ◆ при нарушении правил выполнения упражнения старший судья кратко называет ошибку, а судья-счётчик объявляет счёт;
- ◆ судья-хронометрист информирует об истечении выполнения упражнения свистком;
- ◆ если участник не успел в контрольное время зафиксировать последнее, правильно выполненное упражнение до исходного положения, это упражнение не засчитывается.

Ошибки при выполнении сгибания-разгибания рук в упоре лёжа:

- ◆ «нет касания» – не коснулся грудью контактной платформы;
- ◆ «плечи» – «плечи-туловище-ноги», нарушили прямую линию;
- ◆ «бёдра» – бёдра касаются пола;
- ◆ «таз» – таз нарушил прямую линию;
- ◆ «волна» – поочерёдное нарушение прямой линии;
- ◆ «секунда» – участник лежит на контактной платформе.

Форма одежды.

Открытие и закрытие соревнований – парадная форма команды (отделения);
Стрельба из ПН-винтовки – повседневная форма команды (отделения);

Подтягивание на перекладине (юноши) – спортивная обувь, спортивное трико (шорты), футболка (майка).
 Сгибание – разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки) – спортивная обувь, спортивное трико (шорты), футболка (майка).

Определение победителей.

В стрельбе из ПН-винтовки, командное первенство определяется наибольшей суммой выбитых очков участниками команды, а также и личное первенство определяется наибольшей суммой выбитых очков участником. При одинаковой сумме выбитых очков как в личном, так и в командном первенстве, командам и участнику присваивается высшее призовое место, тем, у кого более выбито 10-ок, из-за их отсутствия 9-ок и т.д.

В подтягивании на перекладине (юноши), командное первенство определяется наибольшей суммой выполненных упражнений, а также и в личном первенстве. При одинаковой сумме выполненных упражнений как в личном, так и в командном первенстве, командам и участникам присваивается одно призовое место.

В сгибании – разгибании рук в упоре лёжа на полу (девушки), командное первенство определяется наибольшей суммой выполненных упражнений, а также и в личном первенстве. При одинаковой сумме выполненных упражнений как в личном, так и в командном первенстве, командам и участникам присваивается одно призовое место.

Общеконандное место в силовой гимнастике суммируется по результатам юношей и девушек.

Общеконандное место в круглогодичной Спартакиаде «Звезда Победы!» - VI этап подсчитывается по наименьшей сумме занятых мест.

Награждение.

Команды, занявшие 1-3 призовые места, награждаются ценными подарками АОСК Томской области, а участники команд грамотами. Участники соревнований, показавшие лучшие результаты по видам, награждаются ценными подарками и грамотами АОСК по Томской области.

Предварительные заявки и подтверждения об участии в Спартакиаде, с указанием Ф.И.О., возраста участников и класс направлять на электронную почту sutasino@rambler.ru (Сафронов Алексей Михайлович). Можно продублировать по телефону 8(38241)2-30-56; 8(38241)2-28-28 в МАОУДО – Центр творчества детей и молодёжи города Асино Томской области, расположенного по адресу: 636840, Томская область, город Асино, улица партизанская, 47.

Заявки на участие принимаются за пять дней до проведения этапа Спартакиады.

Приложение № 1



В главную судейскую коллегию _____

название соревнований
 от _____

название командирующей организации, адрес, телефон, e-mail, http

ЗАЯВКА

на участие в соревнованиях

Просим допустить к участию в соревнованиях команду _____ в следующем составе:
(название команды)

№ п/п	ФАМИЛИЯ ИМЯ ОТЧЕСТВО УЧАСТНИКА	ДАТА И ГОД рождения	СПОРТИВН ЫЙ РАЗРЯД	МЕДИЦИНСКИЙ ДОПУСК слово "ДОПУЩЕН" подпись и печать врача напротив каждого участника	РОСПИСЬ участников в знании правил техники безопасности	ПРИМЕЧАНИЯ
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
	Запасные участники					
8.						

Всего допущено к соревнованиям _____ человек.

Не допущено к соревнованиям _____ человек, в том числе _____

М.П. Врач _____ / _____ /
Печать медицинского учреждения подпись врача расшифровка подписи врача

Представитель команды _____

ФИО полностью, домашний адрес, телефон, e-mail

