

«Согласовано»
Начальник УО МР
«Сулейман-Стальский район»
Ибрагимов Аминов.К.А
2018г.

«Утверждаю»
Директор по спорту,
туризму и делам молодежи
МР «Сулейман-Стальский район»
Ибрагимов Ибрагимович
2018г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении районной военно-спортивной игре «Годен к строевой»
среди старшеклассников, посвященной к Дню Конституции РФ.

1. Общие положения

Районная военно-спортивная игра «Годен к строевой» (далее «Игра») среди общеобразовательных учреждений района, проводится во исполнение плана работы Комитета по спорту, туризму и делам молодежи 2018 год.

2. Цели и задачи

- Патриотическое воспитание

Повышение престижа воинской службы у подрастающего поколения;
Улучшение подготовленности допризывной молодежи;
Популяризация военно-спортивного и патриотического движения;
Определение уровня физической подготовленности молодежи.

3. Участники Игры

Для участия в Игре допускаются юноши 14-18 лет в составе 7 человек, получившие медицинский допуск, прошедшие инструктаж по мерам безопасности при работе на спортивных снарядах и готовые физически к выполнению Условий Игры.

Приказом по Учреждению направляющему команду назначается руководитель, ответственный за жизнь и здоровье участников соревнований.

Все участники соревнований должны иметь сменную спортивную обувь, дополнительное имущество, оборудование, снаряжение, согласно Условий и Инструкции выполнения упражнений.

За невыполнение требований судьи на этапе, связанных с соблюдением мер безопасности участник соревнований отстраняется от дальнейшего участия в конкурсе.

4. Дата и место проведения

Игра проводится 10.12.2018 г. в 10:00 ч. в Спортивном зале МКОУ

«Ортастальская СОШ» им. Р.Халикова.

4. Руководство Игры

Организацию и проведение военно-спортивной игры «Годен к строевой» среди допризывной молодёжи, осуществляет МКУ «Комитет по спорту и делам молодежи». Непосредственное руководство осуществляет судейская бригада, главный судья соревнований Халилбеков Халилбег Джарулаевич (89285147462)

5. Заявки

Командам, принимающим участие в игре, заявки подаются в день игры.

6. Судейство и организация Игры

Главный судья Игры назначает судей на этапы, секретаря, инструктирует их о правильности выполнения упражнений, соблюдение мер безопасности, страховки, самостраховки.

Судья на этапе контролируют правильность выполнения упражнений всего комплекса, оценивает, выносит результат, подводит итоги работы участников соревнований на данном этапе.

Вмешательства в действия судьи категорически запрещено.

Главный секретарь соревнований принимает заявки команд, проверяет документы участников, регистрирует и оформляет результаты.

Врач соревнований контролирует медицинский допуск участников соревнований. В случае невыполнения требований отстраняет участника. Постоянно находится на месте проведения конкурса, имея при себе обязательный набор медицинских средств, для оказания медицинской помощи.

7. Условия выполнения конкурса

Каждый участник команды выполняет комплекс зачетных упражнений состоящих из двух видов физических упражнений и одного вида военно-прикладного упражнения. Количество комплексов соответствует количеству участников соревнований от одной команды (семь). Таким образом, один участник от команды принимает участие только в одном комплексе по собственному усмотрению либо решению тренера.

По результатам выполнения упражнения в комплексе (*количество раз, время, баллы*) определяется место участника. Далее все места участников каждой команды суммируются и определяется команда победительница и призеры.

По согласованию с руководителями команд судейская бригада вправе вводить или отменять контрольное время на выполнения упражнения на этапе.

8. Награждение

В каждом виде упражнения определяется лучший результат.
В каждом комплексе упражнений определяется лучший результат.
В конкурсе определяются команды, занявшие 1,2,3 место.

Победители и призеры конкурса награждаются дипломами и денежными премиями.

Перечень выполняемых комплексов и упражнений.

I этап/комплекс:

1. Подтягивание на высокой перекладине на максимальное количество раз.
2. Подъем ног из положения виса на перекладине на максимальное количество раз.
3. Военный компонент.

II этап/комплекс:

1. Двоеборье: подъем переворотом + выход силой на перекладине на максимальное количество раз.
2. Прыжок в длину с места на лучший результат из 3-х попыток.
3. Военный компонент.

III этап/комплекс:

1. Отжимание рук в упоре на параллельных брусьях на максимальное количество раз.
2. Прыжки через гимнастическую скамейку на двух ногах на максимальное количество за 1 минуту.
3. Военный компонент.

IV этап/компонент:

1. Толчок гири 16 кг. Попеременно правой и левой рукой на максимальное количество раз.
2. Прыжки на скакалке на 2-х ногах на максимальное количество раз за 1 мин.
3. Военный компонент.

V этап/комплекс:

1. Сгибание, разгибание рук в упоре от пола на максимальное количество раз.
2. Приседания попеременно на правой и левой ноге без помощи рук на максимальное количество раз.
3. Военный компонент.

VI этап/комплекс:

1. Лазание по канату без помощи ног на максимальное количество метров.
2. Поднимание туловища на наклонной доске на мак. количество раз.
3. Военный компонент.

VII этап/комплекс:

1. Метание набивного мяча 3 кг на дальность, из положения «сидя»(стоя) (3 попытки).
2. Челночный бег 4 X 12 метров на скорость.
3. Военный компонент.

Военный компонент и последовательность его выполнения:

Одевание общевойскового противогаза, снаряжение магазина 30-ю патронами, разборка-сборка АКМ, изготовление к стрельбе из АКМ из положения «С колена».