

Утверждаю:
Директор МАУ СОШ №3
_____ А.А.Козырина
08.11.2019

Положение
о проведении соревнований среди сборных команд
общеобразовательных организаций
города Ревда по силовому троеборью
посвященный памяти Игоря Ржавитина

1. Цели и задачи.

- Повышение престижа физической культуры и спорта
- Популяризация силовых видов спорта
- Выявление сильнейших юношей

2. Руководством проведение соревнований.

Общее руководство проведением соревнований осуществляют учителя физической культуры.

Непосредственное руководство - судейская коллегия по проведению соревнований:

Главный судья соревнований - Губкина Г.В,

Главный секретарь—Камалова И. А.

3. Место и время проведения.

Соревнования проводятся **3 декабря 2019 года** в спортивном зале МАОУ «СОШ № 3».

Начало соревнований в 13.00. Регламент соревнований определяется от количества участвующих команд

4. Участники соревнований.

К соревнованиям допускаются юноши 2002-2006 г.р. общеобразовательных организаций города Ревды, имеющие допуск медицинского работника.

В соревнованиях не имеют право участвовать учащиеся колледжей и средне-специальных учебных заведений.

5. Состав команды.

Команда - 5 человек, но не более двух команд от образовательного учреждения.

Программа соревнований.

• **Подтягивание на перекладине.**

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

Участник подтягивается так, чтобы подбородок пересек верхнюю линию грифа перекладины, затем опускается в вис и продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки, при которых результат не засчитывается:

- 1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;

- 3)разновременное сгибание рук;
- 4)сгибание ног в коленном суставе назад и вынос ног вперед до угла;
- 5)нет полного выпрямления рук при опускании в И.П;
- 6)при выполнении упражнения гриф не перехватывается кистями.

• **ПРЫЖОК в длину с места.**

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в секторе для горизонтальных прыжков. Участник принимает исходное положение (далее - ИП): ноги на ширине плеч или вместе, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника (рукой, головой, туловищем).

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки, при которых результат не зачитывается:

- 1)заступ за линию измерения или касание ее;
- 2)выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами разновременно;
- 4) прыжок выполнен не в спортивной обуви.

• ***Поднимание ног к перекладине.***

Упражнение выполняется на высокой перекладине из положения виса хватом сверху, ноги не касаются пола и ими не отталкиваются от гимнастической стенки, при подносе ног к перекладине разрешается согнуть их, попытка считается выполнена, когда носки ног одновременно коснулись грифа перекладины или перешли линию грифа перекладины сверху.

Ошибки, при которых результат не зачитывается:

- 1)поочередное касание или одной ногой грифа перекладины;
- 2)постановка ног на жердь гимнастической стенки;
- 3)переход линии грифа перекладины снизу;
- 4)при выполнении упражнения гриф перекладины не перехватывается кистями.

7. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Участники мероприятия обязаны:

- 1) Соблюдать правила по виду спорта и не принимать запрещенных в спорте процедур;
- 2) Соблюдать требования безопасности во время участия в мероприятии и при нахождении на объектах спорта;
- 3) Соблюдать этические нормы в области спорта;
- 4) Соблюдать настоящее Положение и требования организаторов данного Мероприятия.
- 5) Участники соревнований должны быть в спортивной форме (спортивный костюм, шорты, футболка) и сменной спортивной обуви (кроссовки, полукеды).
- 6) Упражнения на перекладине разрешается выполнять без обуви, при выполнении упражнения прыжка в длину с места запрещается прыгать в носках и без обуви.

Обязанности по страхованию риска, связанного с участием в соревнованиях, возлагается на организации, направляющие спортсменов на соревнования.

Ответственность за жизнь, здоровье и уровень подготовки несовершеннолетних спортсменов, участвующих в соревнованиях, несут представители учреждений.

8. Условия проведения.

Расходы, связанные с проведением соревнований, несет оргкомитет.

9. Сроки подачи заявок.

Заявки на участие в соревнованиях, заверенные медицинским работником, директором или представителем администрации ОО, дозаявки и перезаявки на имя главного судьи подаются за один час до начала соревнований. В случае нарушения правил, команда снимается с соревнований.

Команда, не предоставившая заявку, до участия в соревнованиях не допускается.

Участник команды, выполняющий упражнения, но не включенный в заявку является нарушением правил соревнований и команде присуждается последнее место при подведении итогов. Замена участника соревнований разрешается в случае травмы, подтвержденной врачом и согласованной с главным судьей соревнований из числа заявленных участников.

Технические заявки принимаются в электронном виде на электронную почту irina_denis87@mail.ru до 20.00 часов 2 декабря 2019 года (понедельник) или по ссылке https://docs.google.com/spreadsheets/d/1FpgVTteoC9gonuhlG6050MheKWekNyRWWmuipC_9J8U/edit?usp=sharing

10. Определение победителей.

В личном зачете победители определяются по наибольшей сумме очков по 3-м видам программы. В командном зачете победители определяются по наибольшей сумме очков 5 лучших результатов в команде в каждом виде.

В командном подведении итогов соревнований при равной сумме мест по 3-м видам программы, места распределяются по наибольшему количеству первых, вторых, третьих мест. Если эти показатели равны, то присуждается общее место.

Главный судья соревнований имеет право снять команду в течение 48 часов после оглашения предварительных результатов в случае выявления нарушений по правилам соревнований:

1-отсутствие участника в мед.заявке;

2-участника из колледжа или средне - специального заведения.

11. Награждение.

Команды — призеры награждаются грамотами. Призеры в личном зачете по трем видам награждаются грамотами и медалями.

Настоящее Положение является вызовом на соревнования.

