

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник Управления
по физической культуре,
спорту и туризму Курганской
области


А.А. Васи́ньев
«30» марта 2018 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель Губернатора
Курганской области по
социальной политике


А.М. Карпов
«30» марта 2018 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГАУ «Центр
проведения спортивных
мероприятий Курганской
области»


А.В. Бара́щенко
«30» марта 2018 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

О ПРОВЕДЕНИИ СПАРТАКИАДЫ ФОРУМА МОЛОДЕЖИ УРАЛЬСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА «УТРО-2018»

Курган, 2018 год

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель: пропаганда здорового образа жизни в молодежной среде.

Задачи:

- формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и искренней убежденности в их пользе для здоровья и продуктивной жизнедеятельности;
- формировать умения инструктивно-методического характера, необходимые для самостоятельного использования в различных видах и системах физических упражнений;
- совершенствовать умения владения молодежью формами и методами организации и проведения спортивно-массовых мероприятий.

2. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СПАРТАКИАДЫ

Общее руководство по подготовке и проведению Спартакиады осуществляет дирекция форума, непосредственное проведение соревнований возлагается на Управление по физической культуре, спорту и туризму Курганской области, ГАУ «Центр проведения спортивных мероприятий Курганской области», Региональный центр тестирования и Главную судейскую коллегию.

3. УЧАСТНИКИ СПАРТАКИАДЫ

К участию в соревнованиях допускаются сборные команды субъектов Уральского федерального округа:

- Команда Курганской области;
- Команда Свердловской области;
- Команда Тюменской области;
- Команда Челябинской области;
- Команда Ханты- Мансийского автономного округа;
- Команда Ямало-Ненецкого автономного округа.

4. ПРОГРАММА И РЕГЛАМЕНТ СПАРТАКИАДЫ

В программу Спартакиады включены следующие виды соревнований:

1. Соревнования по самбо (**первая смена форума**);
2. Соревнования по стритболу среди мужских и женских команд (**вторая смена форума**);
3. Соревнования по выполнению комплекса «ВФСК ГТО»;
4. Соревнования по перетягиванию каната;
5. Соревнования по волейболу;
6. Веселые старты.

САМБО

Соревнования лично-командные, **проводятся в первую смену форума.** Соревнования проводятся по действующим правилам соревнований по самбо с распределением на подгруппы и выбыванием после набора 6 штрафных очков. В каждой весовой категории разыгрываются первое, второе и два третьих места. Состав команды 6 человек: 3 мужчины и 3 женщины.

К участию в соревнованиях допускаются мужчины и женщины 2000 г.р. и старше в весовых категориях:

мужчины 74, 82, 100 кг;

девушки 52, 56, 60 кг.

Допускается провес 2 кг.

Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых всеми участниками команды. При неполном составе команде, место команды определяется после команд с полным составом.

Участники допускаются к соревнованиям при наличии медицинского допуска и спортивной формы.

СТРИТБОЛ

Соревнования командные, **проводятся во вторую смену форума.** Соревнования проводятся по действующим правилам, отдельно среди юношей и девушек, после предварительной жеребьевки.

Состав команды (юношей /девушек) - 3 человека.

Одна игра - 8 минут или до 16 очков, овертайм - 1 минута.

Команде, не явившейся на игру (а также опоздание на игру более 5 минут после назначенного времени), засчитывается техническое поражение со счетом 0:2, а команде-сопернице засчитывается победа со счетом 2:0. При обоюдной неявке техническое поражение со счетом 0:2 засчитывается обоим командам.

Победители и призеры соревнований определяются в соответствии с турнирной таблицей по итогам встреч.

Участники допускаются к соревнованиям при наличии медицинского допуска и спортивной формы.

ВОЛЕЙБОЛ

Соревнования командные. Соревнования проводятся по действующим и упрощенным правилам, после предварительной жеребьевки.

Состав команды 6 человек независимо от пола, команда менее 6 участников на игру не допускается.

Соревнования проводятся на площадке для пляжного волейбола. Игры проводятся до выигрыша в двух партиях до 21 очка с преимуществом в 2 очка.

Победитель определяется по наибольшей сумме очков, набранных командой (победа – 2 очка, поражение – 1 очко, неявка – 0 очков). Команде, не явившейся на игру (а также опоздание на игру более 5 минут после назначенного времени), засчитывается техническое поражение со счетом 0:2, а команде-сопернице засчитывается победа со счетом 2:0. При обоюдной неявке техническое поражение со счетом 0:2 засчитывается обоим командам.

В случае равенства очков у двух и более команд места определяются по:

- соотношению партий во всех встречах;
- соотношению мячей во всех встречах;
- по личной встрече.

Победители и призеры соревнований определяются в соответствии с турнирной таблицей по итогам встреч.

Участники допускаются к соревнованиям при наличии медицинского допуска и спортивной формы.

ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА

Соревнования проводятся по действующим правилам. Соревнования командные. Состав команды 8 человек независимо от пола. Участники допускаются к соревнованиям только в спортивной форме. Соревнования проводятся до двух поражений в абсолютной весовой категории.

Канат длиной 33,9 м, диаметр от 10 до 12,5 см. Встреча между командами состоит из трех попыток. В случае победы одной из команд в двух попытках третья не проводится. После каждой попытки команды меняются местами и отдыхают не более 3 минут.

Участники допускаются к соревнованиям при наличии медицинского допуска и спортивной формы.

СОРЕВНОВАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА «ВФСК ГТО»

Соревнования лично-командные. Состав команды 6 человек: 3 мужчины и 3 женщины. Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых всеми участниками команды при выполнении тестов (видов программы).

Тесты:

Каждый тест является отдельным видом программы:

- прыжок в длину с места (см);
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см);
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз);
- поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз);
- подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз);

- стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки).

Участники допускаются к соревнованиям при наличии медицинского допуска и спортивной формы.

Результаты участников соревнований, зарегистрированных в автоматизированной информационной системе ГТО (АИС ГТО), полученные во время соревнований, будут занесены в АИС ГТО.

Виды программы соревнований

№ п/ п	Виды соревнований	Система проведения
	Тесты	Описание тестов
1.	Прыжок в длину с места, толчком двумя ногами	Участник принимает исходное положение, ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией. Одновременно толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен. Длина прыжка с трех попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. После окончания прыжка участник остается на месте приземления до замера результата судьей на виде. В зачет идет лучший результат
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-» , ниже - знаком «+». Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, леггинсы)
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание)	Исходное положение: упор лежа на полу, голова - туловище - ноги составляют прямую линию. Сгибание рук в локтевых суставах выполняется до касания грудью подушки индикатора. Разгибание производится до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии тела. Темп выполнения упражнений произвольный. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук «отжиманий», фиксируемых

		счетом судьи
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Исходное положение: лежа на спине, руки за головой в «замке», ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей, с последующим возвратом в исходное положение в одной попытке за 1 минуту. Внимание! Упражнение выполняется в течение 1 минуты
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Исходное положение: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе. Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 с. Испытание выполняется на большее количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний. Ошибки, в результате которых испытание (подтягивание) не засчитывается: - подбородок тестируемого оказался ниже уровня грифа перекладины; - подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища); - широкий хват при выполнении исходного положения; - отсутствие фиксации менее 1 с. исходного положения; - совершение «маятниковых» движений с остановкой; - при принятии исходного положения руки тестируемого согнуты в локтевых суставах; - участник при выполнении испытания раскрыл ладонь (судья увидел лицевую сторону ладони); - при движении вверх у тестируемого ноги согнуты в коленных суставах; - явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук
6.	Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку	Пулевая стрельба производится из электронного оружия. Выстрелов - 3 пробных и 5 зачетных. Время стрельбы – 10 минут. Время на подготовку – 3 минуты. Результат не будет засчитан, если выстрел произведен без команды судьи

ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ

Соревнования командные. Соревнования проводятся после предварительной жеребьевки. Состав команды 10 человек: 5 мужчин и 5 женщин. Регламент проведения соревнований определяется судейской коллегией после приема заявок на участие. Команда-победитель определяется по наименьшей сумме мест, занятых командой во всех эстафетах. Демонстрация эстафет будет проведена непосредственно перед их проведением.

Участники допускаются к соревнованиям при наличии медицинского допуска и спортивной формы.

5. УСЛОВИЯ ЗАЧЕТА И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ СПАРТАКИАДЫ

Победители и призеры Спартакиады в каждой смене форума определяются по наименьшей сумме мест, занятых во всех соревнованиях Спартакиады. За не участие в соревнованиях команда занимает последнее место и получает одно штрафное очко.

Победители и призеры общекомандного первенства среди регионов Уральского Федерального округа определяются по наименьшей сумме мест, занятых командами в первой и второй сменах форума.

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1,2,3 место в каждом виде программы Спартакиады, награждаются кубками и грамотами. Команда-победитель общекомандного первенства среди регионов УрФО награждается переходящим кубком.