

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Спартакиады среди трудовых коллективов города Горно-Алтайска по зимнему троеборью

Цели и задачи

Соревнования в зачёт Спартакиады среди трудовых коллективов города Горно-Алтайска по зимнему троеборью (далее – соревнования) проводятся в целях активизации физкультурного движения в трудовых коллективах. Данные соревнования ставят задачи формирования здорового образа жизни, физического и нравственного воспитания трудящихся, пропаганду и популяризацию зимних видов спорта среди горожан.

Сроки и место проведения

Соревнования проводятся 15-16 февраля 2020 года. Заседание судейской коллегии 14 февраля в 16-30 часов в каб. № 415 Администрации города Горно-Алтайска (по электронной почте sportga04@mail.ru отправить заявку с ФИО, год рождения).

Начало соревнований:

- а) 15 февраля в 11-00 часов в урочище «Еланда» по лыжным гонкам.
- б) 16 февраля в 9-00 часов в стрелковом тире ГАГУ по ул. Социалистическая д.26 (старое здание физмата) по стрельбе из пневматической винтовки и гимнастике (лыжная база ГАГУ).

Руководство проведением соревнований

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется МУ «Управление культуры, спорта и молодежной политики». Непосредственное проведение соревнований возлагается на Главную судейскую коллегию по виду спорта.

Требования к участникам соревнований и условия проведения соревнований

Соревнования – лично-командное первенство. Состав команды 6 человек. Зачёт по 5 лучшим результатам. Лично-командное первенство определяется по таблице:

Место	1	2	3	4	5	6	7 и ...т.д.	37и...
очки	50	45	40	36	33	31	30 и т.д. на 1 оч. мень.	1 оч.

Соревнования проводятся по возрастным категориям отдельно среди мужчин и женщин: до 27 лет; 28 -34 лет; 35-39 лет; 40 – 44лет; 45 – 49 лет; 50 – 54 лет; 55 - 59 лет, 60 лет и старше. *В случае если в возрастной категории выступает менее 3-х участников, эта категория объединяется с ближайшей младшей по возрасту категорией, но не далее на одну группу.* Количество участников в каждой возрастной группе не регламентируется. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены трудовых коллективов города Горно-Алтайска, участники должны быть штатными работниками своего предприятия.

Основанием для участия в соревнованиях является:

- а) именная заявка, заверенная руководителем предприятия или учреждения;
- б) справка врача о допуске к соревнованиям.

Виды упражнений для женщин – стрельба из пневматической винтовки, поднимание туловища из положения лежа на спине, бег на лыжах - 1 км., для мужчин – стрельба из пневматической винтовки, подтягивание на перекладине, бег на лыжах – 2 км. (1км. – старше 50 лет).

Спортсмены соревнуются в стрельбе из стандартной пневматической винтовки. Стрельба ведется из положения «стоя» без использования оружейного ремня. Дистанция 10 метров, мишень № 8. Количество пробных выстрелов - 3, зачётных - 5. Время на подготовку 5 минут, зачётную стрельбу – 10 минут. Оптический прицел не допускается. Проводящая организация оружие не предоставляет.

Поднимание туловища из положения лежа на спине из исходного положения (далее - ИП) - лежа на спине на гимнастическом мате (на полу), пальцы рук «в замке» за головой, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу (голеностоп закреплён), лопатками касаются мата (пола). Участнику необходимо выполнять быстрые сгибания туловища до касания локтями бедер или коленей и разгибания до возврата в ИП с касанием лопатками мата (пола). Время выполнения упражнения одна минута. За неудачное выполнение какого-либо упражнения участник получает оценку «ноль», но из соревнований не выбывает и ему определяется личное место.

На соревнованиях обязательное присутствие медработников.

Финансовые расходы

Все расходы, связанные с подготовкой, проведением и награждением соревнований за счет средств бюджета муниципального образования «Город Горно-Алтайск», предусмотренных на проведение физкультурных и спортивных мероприятий.