|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «СОГЛАСОВАНО»  Исполнительный директор фонда местных сообществ «Мы вместе»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В.Благородов  «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2018 |  | «УТВЕРЖДАЮ»  Президент федерации силовых видов спорта ХМАО-Югры «АйронМэн-Югра»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А. В. Кожекин  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 |

# **ПОЛОЖЕНИЕ**

о проведении соревнований командных соревнований по функциональной выносливости

«Кубок тотальной крепости»,

посвященные «Дню рождения города Мегиона»

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:**

Соревнования проводятся с целью реализации государственной молодежной политики в Российской Федерации, популяризации силовых видов спорта как массовых и зрелищных среди молодежи.

Основные задачи:

* пропаганда здорового образа жизни;
* выявление сильнейших команд участников соревнований;
* массовое привлечение подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
* профилактика и предупреждение правонарушений, наркомании и алкоголизма среди подростков и молодежи;
* успешная социализация и эффективная самореализация молодёжи, для развития её потенциала в интересах России.

**2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ:**

Соревнования проводятся 21 июля 2018 года по адресу: г.Мегиона, пересечение ул. Нефтяников - ул. Заречная, Городская площадь «Поле чудес».

Начало соревнований в 15:00 часов.

Регистрация участников 14:00 -14:30 часов.

Награждение участников по окончанию соревнований.

**3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ:**

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований региональная общественная организация «Федерация силовых видов спорта «АйронМэн-Югра».

Непосредственное проведение соревнований возлагается на местную общественную организацию боксерский клуб «9 Легион», фонд местных сообществ «Мы Вместе» и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований – Шарипов Дмитрий, мобильный телефон: 8922-412-22-20.

Заместитель главного судьи - Рудой Михаил.

Представитель региональной общественной организации «Федерация силовых видов спорта «АйронМэн-Югра» - Гараев Малик, мобильный телефон:8 3462 979-969.

**4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

К участию в соревнованиях допускаются все желающие, заполнившие карточку участника установленной формы (Приложение к положению №1), поставившие личную подпись в карточке участника, подтверждающей персональную ответственность за свое здоровье и физическое состояние.

Состав команды: 4 мужчины и 2 женщины.

Возраст участников: 18 лет и старше.

Команде необходимо иметь единую спортивную форму, приветствуется логотип, надпись или отличительный знак.

В мандатную комиссию представляются следующие документы:

* заявка, заверенная медицинским учреждением;
* копия документа, удостоверяющие личность (паспорт, свидетельство о рождении).

**5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:**

Соревнования состоят из 10 упражнений.

Очерёдность выступления команд определяется посредством жеребьёвки.

**Упражнения соревнований:**   
1. «Шиномонтаж»

Команде необходимо по команде судьи перевернуть покрышку весом 300 кг, учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.  
 2. «Пирамида»

Команде необходимо переносить 5 покрышек весом по 60 кг,70 кг, 80 кг одетых на 2 шпиля высотой 1 м 80 см, учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.

3. «Бронеживот»

Подъем туловища с бревном, связанным одной цепью, учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.

4. «Сканатка»

Групповые прыжки через канат (по форме большой скакалки) учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.

5. «Чемоданы лесоруба»

Перенос двух бревен длинной 3,5 метра на общее расстояние, учитывается максимальное количество кругов (восьмерка) за 2 минуты.

6. «Броненоги» или «Армейский присед»

Командное приседание с лестницей длинной 4-5 метров, учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.

7. «Горячая гигантская картошка»

Перебрасывание набивного меча весом 10-12 кг через барьер, 2 вариант из положения сидя (на усмотрение организаторов), учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.

8. «Сорокопрыжка»

Командные перепрыгивания в связке через скамейку или бревно или деревянную конструкцию длинной 3 м, учитывается максимальное количество повторений за 2 минуты.

9. Упражнение «Ось Аполлона»

Команде необходимо выполнить упражнение «Становая тяга» с штангой «Ось Аполлона» гриф диаметром 5 см с весом около 250 кг в виде колес и гимнастических дисков, в этом случае максимальное количество одновременно выполняющий упражнение человек, не должно превышать 3, в команде могут происходить смены.

10. Эстафета «Островок»

Передача гимнастических дисков 15 кг по принципу цепочки, учитывается максимальное количество пройдённых кругов, 1 круг дистанцией 5 метров. Время выполнения упражнения 2 минуты.

По решению главной судейской коллегии возможны изменения и дополнения содержания упражнений.   
    

**6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ:**

Команда-победитель и призеры определяется по наилучшему результату путем суммарных вычислений по каждому упражнению.

За выполнение некоторых упражнений не по регламенту установленных правилами, присуждается штрафные баллы, либо вычет из общего результата по итогу упражнений. Данное решение принимает главный судья соревнований, а так же судья на станции.

**7. НАГРАЖДЕНИЕ:**

Команды, занявшие 1,2,3 места награждаются кубками, дипломами соответствующих степеней, поощрительными призами от спонсоров.

Участники, занявшие первое место в личном зачете награждаются дипломами.

В программе мероприятия предполагаются дополнительные награды командам за креативность и яркость единого стиля в одежде или не стандартности в подборе единой формы.

**8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ:**

Расходы по организации и проведению соревнований осуществляются за счет привлеченных средств.

**9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ:**

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется в соответствии с требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года №353.

Медицинское обслуживание соревнований обеспечивается в соответствии с приказом Минздрава России от 01.03.2016 №134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

**10. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ:**

Страхование участников соревнований является добровольным и может осуществляться за счёт средств участников соревнований.

**11. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ:**

Предварительные технические заявки на участие предоставляют в мандатную комиссию с 05.07.2018 по 18.07.2018 по электронному адресу: [ufkis@mail.ru](mailto:ufkis@mail.ru). Отдел физической культуры и спорта Администрации г. Мегиона.

Справки по телефону: 8 3462 979-969.

**12. ПРОТЕСТЫ:**

Протесты на нарушение порядка и условий проведения Соревнований подаются в ГСК только представителем команды в письменном виде. Все судьи, обслуживающие соревнования, являются судьями факта и протесты на их действия не подаются.

**Данное положение является официальным вызовом на соревнования!**

Приложение 1

|  |
| --- |
| **Карточка участника**  Фамилия\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Отчество\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Год рождения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Место работы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Адрес\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Подачей настоящей заявки подтверждаю,  что беру на себя ответственность за свое здоровье  и физическое состояние.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018  (подпись) |

Приложение 2

Заявка

Название команды, представляющая организация

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

На участие в соревнованиях: **Кубок тотальной крепости**

Место проведения: **г. Мегион, городская площадь**

Дата проведения: **21 июля 2018 года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И.О. | Дата рождения | Контактный телефон |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |

Представитель команды, контактное лицо \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_ г. (подпись) (расшифровка)

Контактный телефон представителя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_