



УТВЕРЖДАЮ

Глава Купинского района
Новосибирской области

В. Н. Шубников В. Н. Шубников
«26» *августа* 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ **о проведении спортивного праздника, посвященного** **«Дню физкультурника»**

1. ЦЕЛИ ЗАДАЧИ

- пропаганда здорового образа жизни;
- вовлечение различных групп населения в регулярные занятия физической культурой и спортом;
- повышение профессионального мастерства и престижа труда работников сферы физической культуры и спорта.

2. МЕСТО, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся:

12.08.2023 г. по адресу г. Купино, ул. Р. Люксембург 13, стадион «Олимп».
Начало соревнований согласно Приложению № 1

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Организацию, подготовку и непосредственное проведение спортивного праздника осуществляет МАОУ ДО «Купинская ДЮСШ». Проведение соревнований по видам спорта возлагается на главную судейскую коллегию.

4. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ СПОРТА

РУССКИЙ ЖИМ

Участниками соревнований по русскому жиму могут быть юноши и девушки по двум возрастным группам: от 14 до 18 лет, 19 лет и старше, не имеющие противопоказания по состоянию здоровья. Для возрастной группы 14-18 лет вес снаряда 30 кг., возрастной группы 19 лет и старше -50 кг. Победители определяются по коэффициенту ИПФ.

БАСКЕТБОЛ 3x3

Соревнования проводятся среди мужских и женских команд по действующим правилам баскетбола (стритбола). Состав команды 4 человека (3 игрока на площадке плюс 1 запасной).

Система проведения соревнований определяется на месте судейской коллегией по стритболу совместно с представителями команд и зависит от количества команд, прибывших на соревнования.

ВОЛЕЙБОЛ

В соревнованиях принимают участие смешанные команды. Состав команды 8 человек (6 основных + 2 запасных). Основной состав команды включает в себя 6 участников: 3 женщины, 3 мужчины.

Система проведения соревнований определяется на месте судейской коллегией по волейболу и зависит от количества команд, прибывших на соревнования.

ГИРЕВОЙ СПОРТ

Соревнования личные, проводятся в соответствии с действующими Правилами вида спорта «гиревой спорт».

Соревнования проводятся в весовых категориях:

Мужчины (гиря весом 24 кг) – 63 кг, 68 кг, 73 кг, 78 кг, 85 кг, 90 кг, свыше 90 кг (рывок и толчок).

Женщины (гиря весом 16 кг) – 58 кг, 63 кг, свыше 63 кг (рывок).

Упражнения выполняются в течение 5 мин. Каждый участник имеет право выступать в одной весовой категории. Победитель определяется в каждой весовой категории по сумме двоеборья (толчок, рывок), у женщин (в рывке).

ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

Соревнования командные проводятся в соответствии с действующими Правилами вида спорта «лёгкая атлетика».

Эстафета смешанная: 100 м (муж) + 100 м (жен) + 100 м (муж) + 100 м (жен).

Командное первенство определяется по лучшему времени эстафеты.

ФУТБОЛ

Соревнования проводятся по правилам игры в футбол.

Состав команды 11 человек (10 полевых игрока + 1 вратарь). Продолжительность игры 60 минут (два тайма по 30 минут). Система проведения соревнований определяется судейской коллегией по футболу совместно с представителями команд на месте и зависит от количества команд, прибывших на соревнования.

МАС-РЕСТЛИНГ

К участию в соревнованиях допускаются лица 18 лет и старше, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. В мас-рестлинге соперники садятся друг напротив друга, упираясь ногами в доску, положенную на ребро, и берутся за палку обеими руками. Для победы спортсмену необходимо вырвать палку из рук соперника или перетянуть его на свою сторону вместе с палкой. Поединок длится до двух побед одного из бойцов. Продолжительность одной схватки – до 2 минут. Система проведения соревнований определяется непосредственно на месте их проведения.

ЗАБЕГ СЕМЕЙНЫХ КОМАНД

К участию в забеге на дистанцию 1000 м. допускаются команды, состоящие из членов одной семьи.

Наличие в команде участника возрастом от 7 до 18 лет является обязательным.

Количество участников одной команды – 4 человека. Количество команд не ограничено.

Побеждает участник, затративший наименьшее количество времени на преодоление дистанции.

В командном зачете победитель определяется по среднему времени прохождения дистанции членами команды. Среднее время вычисляется путем сложения результатов всех участников команды и деления полученной суммы на количество участников. Побеждает команда с наименьшим средним временем.

ОТБОРОЧНЫЙ ЭТАП ОБЛАСТНОГО ЛЕТНЕГО ФЕСТИВАЛЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО) СРЕДИ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ

К участию приглашаются граждане от 18 до 49 лет, относящиеся к 7-13 ступеням комплекса ГТО.

№ п/п	Виды
1	Стрельба из пневматической винтовки сидя с опорой локтей о стол.
2	Силовая гимнастика - подтягивание на высокой перекладине (мужчины) - сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины)
3	Бег 60 м (все участники)
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (все участники)
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту) (все участники)
6	Бег 1000м – женщины (30-49 лет), 2000м – женщины (18-29 лет), 1000м – мужчины (30-49 лет), 3000м – мужчины (18-29 лет)

5. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Команды – победители и призеры награждаются грамотами. ГТО за 1-3 места в личном зачёте награждаются грамотами.

6. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Заявки на участие, заверенные врачом, руководителем подаются в судейскую коллегия в день соревнований (Приложение №2). Предварительные заявки подаются до 07.08.2023 г на адрес электронной почты: kupinodushh@mail.ru

7. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с проведением соревнований несет МАОУ ДО «Купинская ДЮСШ». Расходы, связанные с проездом, питанием несут командирующие организации.

Дополнительную информацию можно получить по телефону: 50-014

Программа
 мероприятия, посвященного «Дню физкультурника»
 г. Купино ул. Розу Люксембург 13 12.08.2023 г.

№ п.п	Мероприятие	Начало мероприятия	Место проведения
1	Футбол	10.00	Стадион «Олимп»
2	Торжественное открытие	11.00	Стадион «Олимп»
3	Легкоатлетическая эстафета 4X100	12.00	Стадион «Олимп»
4	Забег семейных команд	12.30	Стадион «Олимп»
5	Русский жим	13.00	Стадион «Олимп»
6	Баскетбол 3x3	12.00	Стадион «Олимп» открытая спортивная площадка
7	Волейбол	12.00	Стадион «Олимп» (игровой зал)
8	Гиревой спорт	12.30	Стадион «Олимп»
9	Мас-рестлинг	12.00	Стадион «Олимп»
10	ГТО «Готов к труду и обороне»	13.30	Стадион «Олимп»