

«Согласовано»:

«Утверждаю»:

\_\_\_\_\_  
О.В.Тальвинская  
Начальник отдела воспитания  
и дополнительного образования

\_\_\_\_\_  
В.В.Журавлева  
И. о. директора МАОУ ДО «ЦРТДиЮ «Звездный»

## **ПОЛОЖЕНИЕ** **о проведении соревнований «Герои Отечества»,** **посвященных «Дню героев Отечества»**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение определяет порядок и регламент проведения соревнований «Герои Отечества», посвящённых «Дню героев Отечества» (далее соревнования).

1.2. Организатором соревнований является МАОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества «Звездный», МАОУ «СОШ № 15», ГША РДШ при поддержке управления образования администрации г. Соликамска.

1.3. Общее руководство соревнованиями, определение победителей осуществляет судейская бригада.

1.4. Ответственность за жизнь и здоровье участников соревнований несет представитель команды.

1.5. **Цель:** Формирование чувства патриотизма, воспитание уважения к Российской Армии.

#### **1.6. Задачи:**

- популяризировать здоровый образ жизни среди обучающихся;
- вовлечь детей в занятие физической культурой и спортом;
- воспитывать чувство дружбы, сплоченности, коллективизма;
- выявить победителей.

### **2. Участники и заявки**

2.1. В соревнованиях принимают участие общеобразовательные учреждения города, осуществляющие деятельность РДШ.

2.2. Соревнования являются командными. К соревнованиям допускаются обучающиеся 7 - 8 классов, прошедшие медицинский осмотр и допущенные по состоянию здоровья к соревнованиям.

2.3. Состав команды: 4 мальчика, 3 девочки (1 командир и 6 участников, сопровождающий).

2.4. Предварительные заявки (приложение № 1) на участие в соревнованиях необходимо подать до 4 декабря 2018 г. по электронной почте [konorezowa.nata@yandex.ru](mailto:konorezowa.nata@yandex.ru).

2.5. Заявки на участие в соревнованиях установленного образца (приложение 2), заверенные врачом и директором учреждения, подаются главному судье в день соревнований.

### **3. Порядок и сроки проведения игры**

3.1. Соревнования проводятся **8 декабря 2018** года в МАОУ ДО «ЦРТДиЮ «Звездный». По адресу: ул. 20 лет Победы, 44.

3.2. Начало соревнований в 14 00 часов

3.3. **К соревнованиям не допускаются команды:**

- без предварительных и именных заявок.

**Команда снимается с соревнований:**

- за некорректное поведение участника или представителя команды;

- за порчу имущества учреждения.

3.4. Протесты в соответствии с правилами соревнований подаются в день соревнований и рассматриваются в тот же день.

3.5. Все участники соревнования должны быть одеты в спортивную форму и удобную спортивную обувь, иметь отличительный знак, название.

#### **4. Программа соревнований**

13. 45 – 14. 00 – регистрация участников;

14. 00 – 14. 30 – открытие;

14. 30 – 15. 30 – прохождение полосы препятствий;

15. 30 – 16. 30 – конкурс знаменных групп;

16. 30 – 17. 00 – награждение победителей.

#### **5. Этапы соревнований**

5.1. Полоса препятствия.

**1. Сборка разборка автомата.** (Тренировка проводится 1 декабря в 14 00 в МАОУ ДО «ЦРТДиЮ «Звездный», кабинет 45).

Один участник команды разбирает-собирает автомат на время. Участник должен уложиться в 45 секунд.

##### Последовательность разборки автомата:

1. Отсоединить магазин от автомата.
2. Достать из приклада пенал.
3. Перевести предохранитель в режим одиночной стрельбы.
4. Отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоять.
5. Спустить курок с боевого взвода под углом 45 градусов.
6. Достать шомпол.
7. Отделить крышку ствольной коробки.
8. Отделить возвратный механизм.
9. Отделить затворную раму с затвором.
10. Отделить затвор от затворной рамы.
11. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

##### Последовательность сборки автомата:

1. Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой.
2. Присоединить затвор к затворной раме.

3. Присоединить затвор с затворной рамой к ствольной коробке.
4. Присоединить возвратный механизм.
5. Присоединить крышку ствольной коробки.
6. Спустить курок с боевого взвода под углом 45 градусов и поставить автомат на предохранитель.
7. Присоединить шомпол.
8. Вставить в приклад пенал.
9. Присоединить магазин.

Секунды добавляются за:

Часть автомата упала со стола на пол -1 секунд.

Нарушена последовательность сборки-разборки -1 секунда.

Спуск курка с боевого взвода в положении автомата меньше 45 градусов – 1 секунду.

Остальные участники получают задание (стрелковое оружие), которое решают в течении 5 минуты. За каждый правильный ответ команда получает минус 1 секунда от времени сборки и разборки автомата.

## **2. Одевание ОЗК.**

Один участник команды на время одевает и снимает ОЗК.

Участник одевает ОЗК. После того, как участник одел ОЗК, время останавливается. Нужно проверить правильность одевания ОЗК. Далее включается секундомер и участник должен снять ОЗК.

Секунды добавляются за:

неправильно одет ОЗК. За каждую деталь – 1 секунда.

В это время, команда выполняет дополнительное задание (размер костюма Л-1). За каждый правильный ответ команда получает минус 1 секунда от времени одевания и снятия ОЗК.

## **3. «Самый сильный».**

### **Упражнение «Подтягивания на перекладине» (для мальчиков)**

Правила выполнения упражнения: на выполнение упражнения даётся одна минута. Подтягивания выполняются в висе (руками хват сверху, ладонями вперёд). Подтягивание засчитывается, если оно, было выполнено только с помощью использования силы рук, а подбородок обогнал перекладину, после чего руки должны полностью выпрямиться в локтях. Запрещается использовать вспомогательные рывковые движения, чем либо (корпус, ноги). Во время подтягивания туловище и ноги должны составлять прямую, вертикальную линию. Упражнение выполняется в одном темпе без остановок. В случае нарушения правил, упражнение останавливается судьёй, а конечный результат заносится в «судейский протокол».

### **Упражнение «Пресс» (подъём корпуса) (для девочек)**

Правила выполнения упражнения: на выполнение упражнения даётся одна минута. В это время ведётся подсчёт количества подъёмов корпуса. Исходное положение - лёжа на полу, ноги

прямые, вытянуты, руки согнуты в локтях на уровне груди. Подъем корпуса выполнять без помощи рук (не касаясь руками пола). При подъема корпуса от пола, угол между полом и корпусом - составляет 90 градусов, после этого снова лечь спиной на пол (лопатками коснуться пола). Упражнение выполняется в одном темпе, результат заносится в «судейский протокол».

Команда победитель определяется по наибольшему количеству подтягиваний и подъема корпуса.

#### 4. «Проползти на время»

Правила выполнения упражнения: участник проползает под препятствиями на время. Правильно выполненным заданием считается тогда, когда ни один человек из команды не заденет сетку. За каждое прикосновение присуждается штрафное время. Штрафы устанавливаются в следующем порядке 1 секунд каждое прикосновение к общему времени команды.

#### 5. Первая помощь:

Команда выбирает одного участника из команды, он будет раненым бойцом. Нужно на время перевязать голову (ранение в голову) и руку (сильное артериальное кровотечение из правой лучевой артерии) и транспортировать раненого бойца любым способом.

Секунды добавляются за:

- не правильная последовательность оказания первой медицинской помощи – 1 секунда;
- каждую ошибку при перевязке – 1 секунда к общему времени.

#### 6. Интеллектуальная игра. 15 школа

Правила выполнения задания: команде дается 3 минуты. За каждый правильный ответ 1 балл.

Темы:

- Великие полководцы, воины России;
- вопросы, связанные с Российской Армией.

#### 7. Погоны: даны погоны и звания, нужно сопоставить

Время на выполнение задания 3 минут. За каждый правильный ответ 1 балл.

#### 5.2. Конкурс знаменных групп. (Регламент выступления – 2 минуты!!!).

- Форма одежды единая.
- Команда 7 человек (командир + 6 знаменосцев).
- Репетиция КЗГ, 4 декабря 2018г. в 15 00, МАОУ ДО «ЦРТДиЮ «Звездный», фойе 2 этажа.

Образец выполнения.

№	Что оценивается	На что обратить внимание
1.	Строевой шаг на выносе знамени	Вытянутый носок, высота подъема ног, синхронность движений, четкость выполнения
2.	Команды и обязательные технические действия Командира	Подает команды: 1. Становись 2. Равняй-с 3. Смирно

	<b>Знаменосцев и знаменной группы</b>	<p>4. <i>Перестройся</i></p> <p>5. <i>Показ знамени вправо</i></p> <p>6. <i>Показ знамени влево</i></p> <p>7. <i>Походное положение</i></p> <p>8. <i>Смирно! Знамя склонить!</i></p> <p>9. <i>Вольная композиция со знаменами</i></p> <p>10. <i>Смирно! Становись! Вынос знамени. Вперед шагом марш!</i></p>
3.	<b>Строевая стойка при команде «становись»</b>	Ладони сжаты в кулаки или по-армейски, пятки вместе, носки врозь на 45 градусов. Знамя как винтовка у плеча, упор на пол.
4.	<b>Перестроение (четкость)</b>	Не задеть древко Знамени при перестроении
5.	<b>Перестроение в походное положение</b>	Положение рук на древке, четкость выполнения
6.	<b>Склонение знамени</b>	Угол древка под 45 градусов, склонение головы на Минуту молчания
7.	<b>Показ знамени</b>	Древко знамени должно лечь на локоть руки знаменосца, взгляд устремлен вверх, угол древка примерно 100-120 градусов и т.д. Знамя не должно касаться пола. Вправо и влево.
8.	<b>Вольная композиция</b>	<i>(Выполняется: делай раз, делай два, делай три)</i>
9.	<b>Команда «смирно» и «вольно»</b>	<i>«Вольно» - знамя на вытянутой руке от Знаменосца, «Смирно» - знамя в правой руке перед знаменосцем, левая рука поддерживает снизу. 2 рамки в 90 градусов.</i>

## 5. Подведение итогов и награждение

5.1. По результатам соревнований определяются победители. Побеждает команда, набравшая наименьшее количество баллов. При равенстве баллов у двух или более команд, преимущество получает команда, участники которой заняли наибольшее количество призовых мест (1,2,3).

5.2. Определяются победители и призеры (1, 2, 3 место) в личном зачете (разборка автомата, ОЗК, подтягивание и подъем корпуса).

5.3. Отдельно определяются победители и призеры в конкурсе знаменных групп.

5.4. Участники награждаются сертификатами.

## 6. Финансовые расходы

6.1. Награждение победителей осуществляется за счет организаторов.

Телефон для справок:

89194670388 – Наталья Викторовна Конорезова

**Предварительная заявка на участие  
в соревнованиях «Герои Отечества»,  
посвященных «Дню героев Отечества»**

ОУ \_\_\_\_\_

Название команды \_\_\_\_\_

№ п\п	Ф.И.О.	Возраст	Дети учетных категорий
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Руководитель команды (полностью Ф. И. О.) \_\_\_\_\_

**Заявка на участие  
в соревнованиях «Герои Отечества»,  
посвященных «Дню героев Отечества»**

ОУ \_\_\_\_\_

Название команды \_\_\_\_\_

№ п\п	Ф.И.О.	Возраст	Виза врача
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Руководитель команды \_\_\_\_\_

Заключение врача (к участию допускаются) \_\_\_\_\_ чел. / \_\_\_\_\_ / м.п. врача

Руководитель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / м.п.