

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель председателя
Костюковичского райисполкома
В.И. Манушенко

СОГЛАСОВАНО:
Заведующий сектором спорта и туризма
Костюковичского райисполкома
Н.В. Питунова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ФОЦ
«Физкультура и здоровье»
М.Н. Свистунов

СОГЛАСОВАНО:
Председатель Костюковичского
РОС ДОСААФ
Н.В. Прокопенко

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении первенства Костюковичского района
по зимнему многоборью «Здоровье» Государственного физкультурно -
оздоровительного комплекса Республики Беларусь
среди команд трудовых коллективов города, КСУП, агрогородков и сельских
населенных пунктов в программе круглогодичной спартакиады 2023г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- развитие в районе массового физкультурно-спортивного движения, направленного на оздоровление, общее физкультурное образование, нравственное и патриотическое воспитание, формирование здорового образа жизни средствами физической культуры;
- популяризация массового физкультурно-спортивного движения по сдаче нормативов предусмотренных Государственным физкультурно - оздоровительным комплексом Республики Беларусь.
- привлечение населения к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях;
- повышение эффективности физического воспитания населения среди различных возрастных групп граждан.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 18 февраля 2023 года на базе учреждения «Костюковичский физкультурно-оздоровительный центр «Физкультура и здоровье» (ул. Зиньковича, 111). Соревнования по лыжным гонкам пройдут на трассе «Боровец». Регистрация участников 09.30-09.50. Заседание судейской коллегии 09.50. Начало соревнований в 10.00.

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется ФОЦ «Физкультура и здоровье». Проведение соревнований по стрельбе осуществляется РОС ДОСААФ г. Костюковичи. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию «Костюковичского ФОЦ «Физкультура и здоровье».

4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования лично-командные. Состав команды 11 человек: 5 муж, 5 жен, по одному участнику (муж. жен.) для каждой ступени, 1 представитель. Представители команды несут личную ответственность за жизнь и здоровье участников, дисциплину и порядок в местах проведения соревнований.

Возрастные группы (ступень):

возраст: 19-22 лет 4 ступень «Здоровье, сила и красота»;

возраст: 23-29 лет 5 ступень «Здоровье и красота»;

возраст: 30-39 лет 5 ступень «Здоровье и красота»;

возраст: 40-49 лет 5 ступень «Здоровье и красота»;

возраст: 50-59 лет и старше 6 ступень «Движение, здоровье и долголетие».

Соревнования проводятся в соответствии с положением о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь.

5. ЗАЯВКИ И ДОПУСК К СОРЕВНОВАНИЯМ

К участию в соревнованиях допускаются **подготовленные** лица трудовых коллективов района, прошедшие медицинское обследование (наличие заявки с отметкой врача). **Представители команд предоставляют для регистрации заявку с указанием возрастной группы участника.**

К участию в соревнованиях допускаются лица, прошедшие инструктаж по мерам безопасности.

Представители команд отвечают за сохранность своего пневматического оружия, выполнение спортсменами правил и положения о соревнованиях, соблюдении мер безопасности и дисциплины. При необходимости уточнения возраста участника каждому необходимо иметь при себе документы, **удостоверяющие личность (паспорт).**

6. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя (мужчины и женщины все возрастные группы мишень № 9 дистанция 10 м.). Разрешается использование своей пневматической винтовки, имеющей открытую планку прицеливания (**командам и участникам, не имеющим своего пневматического оружия, для стрельбы предоставляется винтовка МР-512 РОС ДОСААФ г. Костюковичи.**)

Подтягивания на высокой перекладине (мужчины все возрастные категории);

Сгибание разгибание рук, в упоре лёжа (женщины все возрастные категории);

Прыжок в длину с места (все возрастные категории мужчин и женщин);

Лыжная гонка (мужчины все возрастные группы 3 км. Возраст 50-59 лет и старше 1 км.

Женщины все возрастные группы 2 км. Возраст 50-59 лет и старше 1 км). При отсутствии снега лыжня проводится не будет.

7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Победитель в общекомандном зачете определяется по наименьшей сумме мест во всех видах соревнований.

Победители в личном первенстве определяются отдельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной группе по наибольшей сумме набранных баллов по всем видам.

Участник должен стартовать в каждом виде соревнований по своему возрасту. Участнику, выбывшему из соревнований из-за травмы (что зафиксировано врачом соревнований), все ранее выполненные результаты тестирования засчитываются для определения личного и командного зачета.

При равенстве очков у двух и более участников (команд), преимущество получает участник (команда), у которого лучше результат в стрельбе, в подтягивании, сгибании и разгибании рук в упоре лёжа у женщин.

8. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Команда, занявшая первое место в общекомандном зачете, награждается дипломом и кубком первой степени. Команды, занявшие вторые и третьи места, награждаются дипломами соответствующих степеней.

Победители среди женщин и мужчин в каждой возрастной группе награждаются дипломами. Участники, занявшие вторые и третьи места – дипломами соответствующих степеней.

9. ФИНАНСИРОВАНИЕ

Приобретение кубка и дипломов возлагается на ФОЦ «Физкультура и здоровье». Приобретение дипломов, пулек, мишеней для проведения соревнований и награждения по итогам стрельбы РОС ДОСААФ г. Костюковичи.

Питание участников – за счет командующих организаций.

Настоящее Положение является официальным вызовом на соревнования!

Ведите активный и здоровый образ жизни!