

СОГЛАСОВАНО:

Атаман ОВКО
Казачий генерал

[Handwritten signature]
В.И. Романов

10.04.2019

УТВЕРЖДАЮ:

Глава Камышловского
городского округа



[Handwritten signature]
А.В. Половников



ПОЛОЖЕНИЕ
о казачьей спартакиаде
на Камышловской земле

г. Камышлов
2019 г.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Казачья спартакиада на Камышловской земле (далее – Спартакиада).

Основные задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, гражданское и патриотическое воспитание казачьей молодежи;
- популяризация казачьего движения в Свердловской области;
- развитие казачьего движения в Свердловской области;
- популяризация военно-прикладных видов спорта и усиление физкультурно-спортивной работы с казачьей молодежью по месту жительства.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Спартакиада проводится на Городском стадионе в городе Камышлов Свердловской области **07 сентября 2019 года**.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ СПАРТАКИАДЫ

Оренбургское войсковое казачье общество, Общее руководство организации и проведения Спартакиады осуществляет Некоммерческая организация «Станичное казачье общество» «Камышловская», Комитет по образованию, культуре, спорту и молодежной политике администрации Камышловского городского округа, ПОУ «Камышловская спортивно техническая школа ДОСААФ России Свердловской области», МБУ «Центр развития физической культуры, спорта и патриотического воспитания».

Непосредственное проведение соревнований Спартакиады возлагается на Некоммерческую организацию «Станичное казачье общество» «Камышловская», МБУ «Центр развития физической культуры, спорта и патриотического воспитания», МАУ ДОД «Детская юношеская спортивная школа».

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

В соревнованиях Спартакиады принимают участие команды хуторов и станиц Оренбургского войскового казачьего общества, казачьи общественные объединения и все желающие казаки.

К участию в соревнованиях Спартакиады допускается не более одной команды от хутора или станицы.

Участники команды казачьего общества, допущенные к участию в соревнованиях Спартакиады, должны иметь единую парадную и спортивную формы.

V. ПРОГРАММА СПАРТАКИАДЫ

Соревнования на всех этапах Спартакиады проводятся в соответствии с действующими правилами проведения соревнований по видам спорта, утвержденным Минспорттуризмом России.

07 сентября 2019 года:

- с 10.00 до 11.00 – приезд участников на Городской стадион;
- с 11.00 Торжественное открытие и проведение спартакиады.

Общекомандный зачет определяется по следующим видам дисциплин:

№ п/п	Вид программы	Кол-во участников	Время проведения
1.	Бег на «казачью версту»	5 человек	11.30
2.	Разборка, сборка автомата Калашникова	3 человека	12.00
3.	Троеборье (Подтягивание, брусья, отжимания)	2 человека	12.30
4.	Стрельба из пневматической винтовки	2 человека	13.00
5.	Масс-рестлинг	2 человека	14.30

Вне зачета проводятся соревнования:

- по стрельбе из пневматической винтовки для кадетов (на кубок атамана станицы);
- Казарла (на переходящий кубок атамана ОВКО);
- Кулачный бой, весовые категории до 65 кг., до 75 кг., до 85 кг., свыше 85 кг. (на кубок ДОСААФ).
- Сила ДОСААФ (система подсчета баллов «Силовое многоборье на гимнастической перекладине, приложение 2).

с 16.00 до 16.30 – судейская коллегия, подведение итогов;

с 16.30 – награждение участников и победителей;

ОБЕД с 13.30 до 14.30.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

В Спартакиаде определяется:

личный зачет;

командный зачет;

общекомандный зачет.

Общекомандное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых командами в шести видах программы. В случае равенства очков у двух или более команд, преимущество получает команда, имеющая лучший результат в беге на «казачью версту».

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1-3 места в личных видах программы, награждаются дипломами и кубками Организаторов соревнований в каждой возрастной группе.

Команды, занявшие 1-3 места в общекомандном зачете, награждаются кубками Организаторов соревнований.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовые расходы, связанные с проведением Спартакиады обеспечиваются проводящие организации на местах.

Расходы по командированию участников команд на соревнования Спартакиады (проезд в оба конца, суточные в пути, страхование) обеспечивают командирующие организации.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Физкультурные мероприятия проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности объектов спорта к проведению физкультурных мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

X. ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ЗАЯВОК

Предварительные заявки на участие в Спартакиаде направляются в электронную почту ofk8673@yandex.ru.

Руководитель команды, допущенной к участию в соревнованиях Спартакиады, представляет в комиссию по допуску участников:

- именную заявку, заверенную печатью и подписью руководителя
(Приложение № 1);

Главному судье соревнований
Спартакиады

ЗАЯВКА
на участие в Спартакиаде в 2019 году

Наименование организации _____
(казачье общество ОВКО)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество участника	Дата рождения (число, месяц, год рождения)	Специализац ия (вид спорта)	Вид программы
1.				
...				
10.				

Допущено к соревнованиям _____ участников.
(цифрами и прописью)

Правильность заявки подтверждаю:

Атаман казачьего общества _____
(подпись) (Ф.И.О. полностью, телефон)

М. П.

СИСТЕМА «СИЛОВОЕ МНОГОБОРЬЕ НА ГИМНАСТИЧЕСКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ «РУССКИЙ СИЛОМЕР».

N	Название упражнения	Требования к выполнению*	Баллы
<p>ВНИМАНИЕ! Проводить соревнования по системе «Русский силомер» допустимо только при условии наличия матов в зоне падения, талька или мела, а также в присутствии врача и двух помощников судьи, страхующих участника от падения. Ответственность за травмы несет организация, на базе которой, проходит соревнование.</p>			
Упражнения для начинающих			
1	«Подъем согнутых ног»	<p>Вис на перекладине хватом сверху. Сгибание прямых ног с подниманием коленей до уровня 90 градусов, затем опускание и разгибание ног (полностью). <i>1 подъем ног - 1 балл. При неполном сгибании или разгибании ног повторение не засчитывается, т.е. 0 баллов.</i></p>	1
2	«Перехват»	<p><i>1 смена хвата двух рук - 2 балла.</i> Пояснение: исходное положение: вис на перекладине хватом сверху. По очереди правая рука, а за ней левая меняют хват «сверху» на хват «снизу». Положение двух рук фиксируется в хвате «снизу», что является окончанием одного повторения. После чего упражнение выполняется обратно и положение рук фиксируется хватом «сверху» <i>1 повторение - 2 балла.</i></p>	2
3	«Подтягивание с рывком»	<p>Вис на перекладине. Допускается выполнение упражнения хватом сверху, хватом снизу, разноименным хватом. Сгибание и разгибание рук, одновременное, до положения «подбородок над перекладиной». Допускается рывок. <i>1 повторение - 3 балла. Если подтягивание не доходит до положения «подбородок над перекладиной», то упражнение не засчитывается, т.е. 0 баллов.</i></p>	3
4	Поднос прямых ног к перекладине	<p>Упражнение выполняется из положения виса на перекладине, хватом сверху (ноги прямые вместе), путем подъема ног до касания перекладины, без рывков и раскачиваний. <i>1 повторение - 4 балла. Если не было касания ногами перекладины, то упражнение не засчитывается, т.е. 0 баллов.</i></p>	4
Упражнения для сильных			
5	«Склепка» или «Подъем разгибом»	<p>Вис на перекладине хватом сверху. Поднос ног к перекладине через раскачивание на махе вперед. На махе назад ноги резко опускаются вниз, за счет чего делается выход в упор на две руки. <i>1 повторение - 5 баллов. Допускается выход как на одну руку, так и на две руки одновременно.</i></p>	5
6	Армейское подтягивание	<p>Вис на перекладине хватом сверху. Сгибание и разгибание рук, одновременное, без рывков и раскачивания, до положения «подбородок над перекладиной». <i>1 повторение - 6 баллов. Любой рывок либо сгибание ног в момент подтягивания считаются помощью в выполнении упражнения и</i></p>	6

		засчитываются как упр. №3 «Подтягивание с рывком» т.е. 3 балла.	
7	На выбор Подтягивание с уголком Подтягивание за голову	Вис на перекладине хватом сверху. Поднять прямые ноги под углом 90 градусов (уголок) и выполнить в этом положении подтягивание. 1 повторение - 7 баллов. Если ноги в момент подтягивания опускаются ниже горизонтали, то упражнение засчитывается как упр. №6 «Армейское подтягивание» - 6 баллов. Вис на перекладине хватом сверху. Сгибание и разгибание рук, одновременное, без рывков и раскачивания, до касания перекладины задней частью шеи, 1 повторение - 7 баллов. Любой рывок либо сгибание ног в момент подтягивания считаются помощью в выполнении упражнения и засчитываются как подтягивание с рывком т.е. 3 балла.	7
8	Подъем переворотом	Вис на перекладине хватом сверху. Сгибание рук, с последующим подъемом ног вперед и вверх выше уровня перекладины, так, чтобы гриф оказался на уровне пояса. Затем участник переносит ноги за плоскость перекладины, и, используя их массу и маховое движение туловищем, осуществить переворот в упор. После каждого переворота необходимо зафиксировать выполненное упражнения в положении упора двух рук на перекладине сверху. 1 повторение - 8 баллов. Если по причине усталости упражнение не закончено, но было выполнено подтягивание, то упражнение засчитывается как упр. №3 «Подтягивание с рывком», т.е. 3 балла. Если по той же причине упражнение не закончено, но был выполнен поднос ног с касанием перекладины, то в этом случае засчитывается как упражнение №4, т.е. 4 балла.	8
Упражнения для сильнейших			
9	«Выход силой на одну»	Вис на перекладине на прямых руках хватом сверху. Подтягивание с поочередным подъемом рук в упор над перекладиной. Допускается рывок. 1 повторение - 10 баллов. Если в момент рывка ноги поднимаются выше пояса, то упражнение засчитывается как «Скелетка» упр. №5 и присваивается 5 баллов.	10
10	«Выход силой на две»	Вис на перекладине, на прямых руках, хватом сверху. Подтягивание с одновременным подъемом рук в упор над перекладиной. Допускается рывок, без раскачиваний. 1 повторение - 15 баллов. Если в момент рывка ноги поднимаются выше пояса, то упражнение засчитывается как «Скелетка» и присваивается 5 баллов.	15
11	«Подтягивание на одной руке»	Вис на перекладине, на одной прямой руке (хват любой). Сгибание и разгибание руки до положения «подбородка над перекладиной». Вторая рука не касается рабочей руки и перекладины, при любом касании упражнение не засчитывается. Раскачивание и рывок не допускается. 1 повторение - 30 баллов.	30
* Спортсмен в течение одной минуты, выполняя упражнения, имеет право спрыгивать с турника, отдыхать и дальше продолжать выполнять упражнения, время не останавливается.			