

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Санкт-Петербургского государственного  
бюджетного учреждения «Центр  
физической культуры, спорта и здоровья  
«Царское Село» Пушкинского района



Ю.Д. Юрченко

2023 г.

## Регламент

**Зимнего военно-спортивного многоборья, посвященного Дню защитника Отечества и 34-й годовщине вывода войск из Республики Афганистан, по программе Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста 2022/2023 учебного года**

### 1. Общие положения

**Зимнее Военно-спортивное многоборье** по программе Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста (далее Военно-спортивное многоборье) проводится в соответствии с Планом выполнения государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения «Центр физической культуры, спорта и здоровья «Царское Село» Пушкинского района (далее – СПб ГБУ ЦФКСЗ «Царское Село») на 2023 год, Федеральным законом Российской Федерации от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (ред. от 26.05.2021), Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 604 «О дальнейшем совершенствовании военной службы в Российской Федерации», Положением о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе, утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 31.12.1999 № 1441, распоряжением Правительства Российской Федерации от 03.02.2010 №134-р «О Концепции федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2024 года».

**Целью проведения** Военно-спортивного многоборья является содействие в подготовке молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста к военной службе.

**Задачи** Военно-спортивного многоборья:

- вовлечение подрастающего поколения в систематические занятия физической культурой и спортом, воспитание гражданственности и патриотизма, формирование стремления к здоровому образу жизни, профилактика и преодоление вредных привычек;
- улучшение физической и технической подготовленности молодежи допризывного возраста;
- подготовка сборных команд Пушкинского района к участию в городских этапах Спартакиады молодежи Санкт-Петербурга допризывного возраста 2023 года и в иных городских и Всероссийских соревнованиях по техническим и военно-прикладным видам спорта.

## **2. Место и сроки проведения Военно-спортивного многоборья**

Военно-спортивное многоборье проводится 6-7 февраля 2023 года на территории: 6 февраля в тире ГБОУ кадетская школа Санкт-Петербурга по адресу: г. Павловск, ул. Декабристов, д. 14 - стрельба из пневматической винтовки, поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту, прыжок в длину с места. 7 февраля в Нижнем парке (Отдельный парк) города Пушкин в районе спасательной станции у Колонистского пруда. Лыжная гонка на 3 км (юноши) и 2 км (девушки) или кросс 1 км (в случае отсутствия снежного покрова)

## **3. Организаторы Военно-спортивного многоборья**

Организация и проведение Военно-спортивного многоборья осуществляется СПб ГБУ ЦФКСЗ «Царское Село», отделом организации и проведения спортивно-массовых мероприятий.

Непосредственное проведение Военно-спортивного двоеборья возлагается на главную судейскую коллегию мероприятия (далее - ГСК). Состав ГСК утверждается приказом директора СПб ГБУ ЦФКСЗ «Царское Село». Главный судья – Арепьев Владислав Николаевич.

## **4. Требования к участникам Военно-спортивного многоборья и условия их допуска**

В Военно-спортивном многоборье принимают участие граждане Российской Федерации в возрасте 14-17 лет, имеющие постоянную или временную регистрацию в Пушкинском районе Санкт-Петербурга.

В сборные команды общеобразовательных учреждений Пушкинского района могут включаться:

- лица, обучающиеся в образовательных учреждениях, расположенных на территории района;
- лица, состоящие в военно-патриотических, подростково-молодежных центрах и клубах, расположенных на территории района;

Учащиеся (воспитанники) образовательных учреждений, находящихся в ведении Министерства Обороны России, МВД России и других силовых структур, к участию в Военно-спортивной стрельбе **не допускаются**.

В случае выявления в ходе проведения соревнований участников, не заявленных в состав команды, команде определяется в данном соревновании последнее место с прибавлением пяти штрафных очков.

Участники Военно-спортивного многоборья обязаны иметь и предъявлять по требованию судейской коллегии документы, удостоверяющие личность и возраст: паспорт/заграничный паспорт/временное удостоверение личности (форма №2П) или же любая нотариально заверенная копия этих документов. В случае выявления в ходе проведения многоборья несоответствия личных данных участника с заявленными, команде определяется последнее место. Также документы, подтверждающие правомерность их включения в соответствующие сборные команды.

**Соревнования проводятся среди команд высшего, среднего дивизионов и дивизиона девушек.**



**Состав команды:** Высший и средний дивизион - 6 человек, девушек – 5 человек. В предварительной заявке указывается не более 8 человек. Замена основного участника после утверждения состава команды на мандатной комиссии не разрешается. Участникам необходимо иметь при себе соответствующую спортивную форму.

**Запрещается:**

- любое использование ненормативной лексики на мероприятии. При нарушении данного правила одним из участников команды – вся команда занимает последнее место в данном этапе спартакиады.

- любое употребление психотропных, энергетических, табачных и наркотических веществ на мероприятии. При нарушении данного правила одним из участников команды - вся команда занимает последнее место в данном этапе спартакиады.

- любое употребление лекарственных средств, БАДов, стимуляторов без назначения лечащего врача. При обнаружении членами ГСК данного факта, судейская коллегия имеет право дисквалифицировать всю команду, с присвоением последнего места в Военно-спортивном двоеборье.

### **5. Программа Военно-спортивного многоборья.**

Военно-спортивное многоборье проводится в два дня.

Команды на Военно-спортивное многоборье прибывают согласно графику. (Приложение №1)

#### **Программа:**

- стрельба из пневматической винтовки, поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту, прыжок в длину с места – 6.02.2023
- лыжная гонка на 3 км (юноши) и 2 км (девушки) или кросс 1 км. (в случае отсутствия снежного покрова.) – 7.02.2023 (Схема маршрута и пр. Приложение №2)

#### **Стрельба из пневматической винтовки**

##### **Девушки**

Упражнение в стрельбе из пневматической винтовки выполняется из положения «сидя руки с опорой».

##### **Юноши**

Упражнение в стрельбе из пневматической винтовки выполняется из положения «стоя руки без опоры».

Дистанция 10 м, мишень № 6. Выполняется 3 пробных и 5 зачётных выстрелов. Время на пробные выстрелы – 2 мин., на зачётные выстрелы – 4 мин. На каждого участника выдаётся строго 8 пуль. Использование собственного оружия и приборов для самостоятельной корректировки стрельбы разрешаются. Запрещается пользоваться коллиматорным прицелом.

Заряжать оружие разрешается только на линии огня (на отведенной спортсмену огневой позиции) и только после команды «Заряжай!». По команде «Заряжай!» участники имеют право заряжать оружие. По команде «Огонь!» участники имеют право начать стрельбу. Судья на линии огня включает секундомер.

За 1 минуту до окончания контрольного времени для выполнения упражнения старший судья линии огня объявляет «Осталась 1 минута!».

Участник соревнования отстраняется от соревнований без предупреждения в случаях:

- если участник до подачи команды «Огонь!» или после команды «Стоп Разряжай!» произвел из оружия выстрел (выстрелы);

- если участник направляет оружие в сторону зрителей, судей или других участников. Результаты подсчитываются по количеству набранных очков из 5 зачётных выстрелов. **ОБЯЗАТЕЛЬНО:** Участники соревнования инструктируются по соблюдению мер безопасности при выполнении стрелковых упражнений (рапорт руководителя команды с личными подписями спортсменов о пройденном инструктаже представляется главному судье до начала соревнований (Приложение №3)). В случае непредвиденных обстоятельств, судейская коллегия оставляет за собой право изменить систему проведения соревнований или перенести соревнования.

#### **Поднимание туловища из положения «лёжа на спине»**

Упражнение выполняется из исходного положения: лёжа на спине на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются гимнастического мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты ассистентом к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бёдер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Зачёт попытки идёт при касании лопаток гимнастического мата.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бёдер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев "из замка";
- смещение таза (поднимание таза);
- изменение прямого угла согнутых ног;
- участник начал выполнение испытания (теста) без команды судьи.

#### **Прыжок в длину с места толчком двумя ногами**

Прыжок в длину с места выполняется в соответствующем секторе для прыжков на стадионе, спортивном зале или спортивной площадке. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью, место приземления должно обеспечивать безопасное приземление и возможность фиксации результата (яма для прыжков в длину с разбега, специальный резиновый ковер, с нанесенной разметкой или площадка с мягким покрытием).

Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат. На подготовку и выполнение одной попытки участнику дается 1 минута.

Участник имеет право:

- при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;
- использовать все время (1 минуту), отведенное на подготовку и выполнение прыжка.

Разрешение на выполнение участником каждой попытки старшим судьей бригады по прыжку в длину с места подается командой «Можно!».

После команды «Можно» участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед.



На выполнение каждой попытки после команды «Можно!» участник должен затратить не более 1 мин. Контроль времени (от команды «Можно!» до момента начала выполнения броска) осуществляет секретарь бригады по прыжкам в длину с места.

Попытка считается неудачной, если участник совершил:

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- отталкивание с предварительного подскока;
- поочередное отталкивание ногами;
- использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;
- уход с места приземления назад по направлению прыжка.

Попытка засчитывается после команды старшего судьи бригады по прыжку в длину с места «Есть!», которую он подает, если участник не нарушил правил прыжка в длину с места.

При нарушении правил прыжка в длину с места, старший судья бригады по прыжкам в длину с места командует «Нет!».

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Измерение производится металлической рулеткой немедленно после каждой попытки.

При ведении протокола соревнования запись о попытках ведется так: при засчитанной попытке проставляется результат измерения, при не засчитанной попытке - знак «Х», при пропуске попытки - знак «-».

Результаты измерений округляют до целых сантиметров в сторону уменьшения, то есть отрезки менее 1 см не принимаются во внимание. Например: результат 2 м 15 см 9 мм преобразуется и фиксируется как 2 м 15 см.

### **Лыжная гонка**

Дистанция у юношей – 3 км, у девушек – 2 км.

Соревнования по лыжным гонкам проводятся в соответствии с Правилами вида спорта «Лыжные гонки», утвержденными приказом Минспорта России от «05» декабря 2022 г. № 1130 Соревнования по лыжным гонкам на 3 и 2 км, старт групповой по 3 команды, 15-18 человек через каждые 15 минут.

В случае недостаточного снежного покрова для проведения лыжной гонки, будет проводиться кросс 1 км среди девушек и юношей.

### **6. Условия подведения итогов**

Победители в командном зачёте определяются в каждом дивизионе по наименьшей сумме мест в четырех видах Военно-спортивного многоборья.

При равенстве сумм у двух и более команд участников соревнований, преимущество получает команда показавшая лучший результат в лыжной гонке.

Награждение в личном зачете проводится по результатам лыжной гонке среди юношей и девушек.

### **7. Награждение**

Победители и призёры в командном зачёте, занявшие 1-е, 2-е, 3-и места награждаются дипломами, кубками и медалями.

По итогам Военно-спортивного многоборья формируется сборная команда Пушкинского района для участия в этапе Спартакиады молодежи допризывного возраста – 2023 Санкт-Петербурга (с учетом требований Положения «О проведении Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста на 2022/2023 года»).

#### **8. Условия финансирования**

Финансовые расходы по организации и проведению Военно-спортивного многоборья, награждению победителей и призеров, торжественного подведения итогов по программе Спартакиады, проводится в соответствии с законом Санкт-Петербурга от 29.11.2022 года № 666-104 «О бюджете Санкт-Петербурга на 2023 год и на плановый период 2023 и 2024 годов» и в порядке, установленном действующим законодательством.

#### **9. Обеспечение безопасности участников и зрителей,**

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников, в Военно-спортивном многоборье разрешается проводить на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по обеспечению общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

В местах проведения Военно-спортивного многоборья организуется работа медицинского персонала.

**Каждый участник должен иметь медицинское заключение о допуске к участию в Военно-спортивном многоборье, заверенное подписью врача, печатью врача и печатью медицинского учреждения (справка).**

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 1144н «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**

Участие в Военно-спортивном многоборья осуществляется только при наличии договора (оригинал) о страховании: несчастных случаев, жизни и здоровья, который представляется в мандатную комиссию на каждого участника соревнований.

#### **11. Подача заявок на участие**

Предварительные заявки на участие в Военно-спортивном многоборье принимаются в срок до 1.02.2023 года, в формате Word (Приложение №4) и формате Excel (Приложение №5). Только на электронный адрес [opsmm@cfkcs.ru](mailto:opsmm@cfkcs.ru) с пометкой



«Допризывная молодежь». Оригинал заявки подается в ГСК в день проведения Военно-спортивного многоборья. В судейскую коллегию необходимо предоставить:

- документы, удостоверяющие личность;
- **медицинский допуск (справку)** о допуске **каждого** участника к физкультурному мероприятию, при отсутствии допуска врача в оригинале заявки
- договор о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев (оригинал)
- рапорт руководителя команды с личными подписями спортсменов о пройденном инструктаже безопасности

В случае не предоставления документов, участник может быть не допущен к Военно-спортивному двоеборью.

## 12. Дополнительная информация

### Дополнительная информация:

- Группа «ВКонтакте»:  
[https://vk.com/kfm\\_sk\\_pr](https://vk.com/kfm_sk_pr),  
<https://vk.com/cfkcsnews>.
- Официальный сайт: <http://cfkcs.ru/>,
- Телефон: +7 (931)326-05-90
- E-mail: [opsmm@cfkcs.ru](mailto:opsmm@cfkcs.ru)

Контактное лицо- гл. судья соревнований: Арепьев Владислав Николаевич