

## УТВЕРЖДАЮ

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



Ю.Д. Юрченко

« 05 » марта 2024 года

### Регламент

## Спортивного многоборья по программе Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста 2023/2024 учебного года

### 1. Общие положения

Спортивное многоборье по программе Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста 2023/2024 учебного года (далее Многоборье) проводится, в соответствии с Положением на 2023/2024 учебный год, 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 2024 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 2030 года».

**Цель проведения.** Содействие в подготовке молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста к военной службе.

#### **Задачи проведения:**

- 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.
- формирование сборной команды Пушкинского района для участия в этапе Спартакиады молодежи Санкт-Петербурга допризывного возраста на 2023/2024

учебный год (с учетом требований Положения «О проведении Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста 2023/2024 учебного года»).

## 2. Место и сроки проведения Многоборья

Многоборье проводится 13.03.2024 года на территории Пушкинского района.  
- с 09:00 плавание 50 м вольным стилем – на территории ГБОУ школы №335 по адресу: г. Санкт-Петербург, г. Пушкин, Красносельское шоссе, д. 14, к. 3, лит. А.;  
- с 10:30 стрельба из пневматической винтовки и подтягивания на высокой перекладине – на территории ГБОУ кадетской школы по адресу: г. Санкт-Петербурга по адресу: г. Павловск, ул. Декабристов, д. 14.

В случае непредвиденных обстоятельств судейская коллегия оставляет за собой право изменить систему проведения Многоборья или перенести Многоборье в связи с погодными условиями.

## 3. Организаторы Многоборья

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

Непосредственное проведение Многоборья возлагается на главную судейскую коллегия мероприятия (далее - ГСК). Главный судья – Семёнов Максим Вячеславович.

## 4. Требования к участникам Многоборья и условия их допуска

В Многоборье принимают участие граждане Российской Федерации возрасте 12-17 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 Многоборье не допускаются.

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

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

Многоборье проводятся только среди команд **высшего** дивизиона.

### **Состав команды:**

в основном составе - 6 человек, зачет по 5-и участникам.

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.

**Обязательно!!! Для допуска участников в бассейн нужно иметь при себе: чистые тапки, шапочку, плавки, мыльно-рыльные принадлежности и полотенце. Для представителей – чистые тапки. Бахилы не являются сменной обувью!**

### **Запрещается:**

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

- любое употребление психотропных, энергетических, табачных и наркотических веществ на мероприятии. При нарушении данного правила одним из участников команды;

- 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 Многоборье.

## **5. Программа многоборья.**

Многоборье проводится 13.03.2024 года.

Команды прибывают согласно графику (Приложение №3).

- с 09:00 плавание 50 м вольным стилем – на территории ГБОУ школы №335 по адресу: г. Санкт-Петербург, г. Пушкин, Красносельское шоссе, д. 14, к. 3, лит. А.;

- с 10:30 стрельба из пневматической винтовки и подтягивания на высокой перекладине – на территории ГБОУ кадетской школы по адресу: г. Санкт-Петербурга по адресу: г. Павловск, ул. Декабристов, д. 14.

### **5.1. Плавание на 50 метров**

Плавание на 50 м, вольный стиль. Старт осуществляется со стартовой тумбочки или толчком ног от стенки бассейна (при старте из воды). При повороте на половине дистанции касание бортика обязательно.

Согласно правилу «двух стартов» при первом фальстарте судья-стартёр должен вернуть участников и напомнить им о недопустимости старта до сигнала. В дальнейшем любой участник, стартовавший до сигнала, дисквалифицируется.

Дисквалификация участника происходит за подтягивание разделителей дорожек, поручни, лестницы, вися на разделителях, а также в случае отталкивания от них.

Участник, вставший на дно бассейна, с дистанции не снимается, если он при этом не передвигается (не идёт) по дну бассейна.

## 5.2. Стрельба из пневматической винтовки

Упражнение «Стрельба из пневматической винтовки» выполняется из положения **сидя**.

Дистанция 10 м, мишень №6 (для винтовок с диоптрийным прицелом – мишень №8). Выполняется 3 пробных и 5 зачётных выстрелов. Время на пробные выстрелы – 2 мин., на зачётные выстрелы – 4 мин. На каждого участника выдаётся 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) 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 отстраняется от соревнований без предупреждения в случаях:

- участник до подачи команды «Огонь!» или после команды «Стоп Разряжай!» произвел из оружия выстрел (выстрелы);
- участник направил оружие в сторону зрителей, судей или других участников.

Результаты определяются по количеству набранных очков из 5 зачётных выстрелов. **ОБЯЗАТЕЛЬНО: Участники инструктируются по соблюдению мер безопасности при выполнении стрелковых упражнений (рапорт руководителя команды с личными росписями спортсменов о пройденном инструктаже представляется главному судье до начала вида (Приложение №1))**

## 5.2 Подтягивание из виса на высокой перекладине

Упражнение «Подтягивание из виса на высокой перекладине» выполняется из положения виса на перекладине, хват прямой.

Основные моменты техники при выполнении упражнения:

1. Подтягивание выполняется без волнистых и рывковых движений;
2. Ноги выпрямлены и сведены;
3. Подбородок пересекает перекладину;
4. Руки сгибаются одновременно;
5. Полное выпрямление рук;
6. Фиксация в исходном положении – 0,5 секунд.

Также, допускается сгибание ног вперед, смена положения рук, отдых внизу. Допускается отпустить одну руку и отдохнуть, но следующий правильный раз будет не засчитан.

Ошибки:

1. Рывковые или волнистые движения при подтягивании;
2. Ноги скрещены, согнуты назад или разведены;
3. Подбородок не пересек перекладину;
4. Руки сгибаются попеременно;
5. Отсутствует фиксация в исходном положении;
6. Руки полностью не разгибаются;
7. Начало упражнения не по команде.

До начала выполнения упражнения разрешается подготовить место выполнения упражнения, на подготовку дается одна минута. Начало выполнения происходит по двум командам: «Исходное положение принять» - по этой команде участник принимает исходное положение – вис на перекладине; дальше идет команда «Можно» - по этой команде участник приступает к выполнению упражнения.

Счет происходит в два этапа: при пересечении перекладины подбородком – судья говорит: «Есть», после фиксации исходного положения – судья говорит количество раз. Когда судья сказал количество раз, это означает, что исходное положение зафиксировано.

## **6. Условия подведения итогов**

В Многоборье победитель и призеры определяются по наибольшей сумме очков, набранных командами/участниками по видам программы.

В случае равенства суммы очков, набранных двумя и более командами/участниками, преимущество отдается команде/участнику, показавшей лучший результат в плавании.

## **7. Награждение**

Командам победителям и призерам в общем зачете вручается наградная атрибутика. Командам победителям и призерам по видам программы вручаются дипломы.

Участникам, занявшим 1, 2 и 3 место в личном общем зачете вручается наградная атрибутика. Участникам, занявшим 1, 2 и 3 место по видам программы вручаются дипломы.

По итогам Многоборья формируется сборная команда Пушкинского района для участия в этапе Спартакиады молодежи Санкт-Петербурга допризывного возраста на 2023/2024 учебный год (с учетом требований Положения «О проведении Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга допризывного возраста 2023/2024 учебного года»).

## **8. Условия финансирования**

Финансирование расходов по подготовке, организации, материально-техническому обеспечению, наградной атрибутике и проведению Военно-спортивной стрельбы производится в соответствии с Законом Санкт-Петербурга от 29.11.2023 № 714-144 «О бюджете Санкт-Петербурга на 2024 год и на плановый период 2025 и 2026 годов»

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

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников, Многоборье разрешается проводить на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации. Вопросы обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей во время проведения этапа возлагается на представителей команд.

Участие в Многоборье осуществляется только при наличии договора о страховании от несчастных случаев жизни и здоровья (оригинал). Страхование участников проводится за счет командующих организаций и (или) личных средств граждан.

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». Во время проведения Многоборья организуется работа медицинского персонала.

Каждый участник должен иметь действующий медицинский допуск к участию в Многоборье.

### **10. Подача заявок на участие**

Предварительные заявки на участие в Многоборье принимаются в срок до 11.03.2024 года, в формате Word только на электронный адрес [opsmm@cfkcs.ru](mailto:opsmm@cfkcs.ru) с пометкой «Допризывка». Обязательно заполняются все графы заявки.

Оригинал заявки по форме (Приложение №2) подается в ГСК в первый день проведения Многоборья. В судейскую коллегия необходимо предоставить:

- документы, удостоверяющие личность;
- медицинский допуск (справку) о допуске каждого участника к Многоборью, при отсутствии допуска врача в оригинале заявки.

В случае не предоставления документов, участник может быть не допущен к Многоборью.

### **11. Дополнительная информация**

#### **Дополнительная информация:**

- Группа «ВКонтакте»:
- <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: главный судья Многоборья - Семёнов Максим Вячеславович

Главному судье

**РАПОРТ  
О ПРОВЕДЕНИИ ИНСТРУКТАЖА  
ПО МЕРАМ БЕЗОПАСНОСТИ**

Докладываю, что с участниками команды \_\_\_\_\_  
проведён инструктаж по мерам безопасности при обращении с оружием и  
правилами поведения в стрелковом тире

**Список проинструктированных спортсменов:**

№	Фамилия, имя и отчество	Личная роспись участника
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Представитель команды \_\_\_\_\_  
(подпись, фамилия и инициалы)

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 года

**ЗАЯВКА**

**на участие в физкультурном мероприятии Спортивному многоборью по  
программе Спартакиады молодежи Пушкинского района Санкт-Петербурга  
допризывного возраста 2023/2024 учебного года**

от команды \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия и имя участника Многоборья	Дата рождения	Уникальный идентификационный номер участника (УИН)	Виза врача
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

Допущено к многоборью \_\_\_\_\_  
участников.

Врач \_\_\_\_\_  
(подпись, фамилия и инициалы, дата,  
печать)

Участники многоборья по  
соблюдению мер безопасности и  
видам этапа проинструктированы.

Руководитель команды \_\_\_\_\_  
(должность, подпись, фамилия и инициалы)

**Правильность заявки подтверждаю:**

Директор \_\_\_\_\_  
(подпись, фамилия и инициалы)



Приложение № 3  
к регламенту о проведении  
Многоборья

**График старта команд**

<b>№ п/п</b>	<b>Команда</b>	<b>Время старта плавание</b>	<b>Время старта стрельба</b>
1	ГБОУ кадетская школа	09:30	11:00
2	ГБОУ лицей №410	09:40	11:15
3	ГБОУ школа №335	09:50	11:30
4	ГБОУ школа №695	10:00	11:45
5	ГБОУ школа №638	10:10	12:00
6	ГБОУ школа №464	10:20	12:15
7	ГБОУ школа №645	10:30	12:30
8	ГБОУ школа №257	10:40	12:45
9	ГБОУ гимназия №406	10:50	13:00
10	ГБОУ школа №315	11:00	13:15