

Положення
про проведення відкритого спортивно-оздоровчого заходу
«Ігри патріотів»

1 .Мета проведення змагань.

- 1.1 Подальший розвиток силових видів спорту серед студентів, залучення більшої кількості студентської молоді до занять фізичною культурою і спортом.
- 1.2. Популяризація здорового способу життя серед студентської молоді.
- 1.3. Отримання змагального досвіду студентами.
- 1.4 Підготовка до служби в Збройних Силах України.

2. Місце проведення змагань.

- 2.1. Змагання відбудуться 28 вересня 2018р. на спортивному майданчику Миколаївського політехнічного коледжу.
- Реєстрація та жеребкування учасників о 10.00. Початок змагань о 10.30.

3. Керівництво організацією та проведенням змагань.

- 3.1 Керівництво та проведення змагань покладається на керівника фізвиховання Глову О.М., та викладачів фізвиховання Каушана В.Д., Ізбаша Л.М., Букшицьку С. О.
- 3.2 Головний суддя змагань майстер спорту з бодіблінгу Діденко Тимур.
- 3.3 Суддя змагань - викладач фізичного виховання, суддя I категорії Каушан В.Д.

4. Учасники змагань.

- 4.1. До участі у змаганнях допускаються студенти Миколаївського політехнічного коледжу, що навчаються на денному відділенні.

5. Кількісний склад команд, характер змагань, визначення переможців.

- 5.1 Склад команди: 2 юнака.
- 5.2 Характер змагань: особисто-командний залік.
- 5.3 Учасники виконують силові вправи почергово згідно з жеребкуванням.
- 5.4 Переможці в командному і особистому заліку у вправі відображає найменша сума очок. Нарахування очок здійснюється за системою : за I місце - 1 очко, за II місце –2 очка, за III місце -3 очка і т.п. Якщо учасники змагань набирають однакову кількість очок, перевага надається за показниками у вправах № 6.1. 6.1.2. і 6.1.5.

6.Програма,зміст та правила виконання вправ.

6.1 Змагальна програма складається з 7 вправ.

6.1.1«Прогулянка фермера».

Зміст вправи в тому,щоб з вагою в кожній руці подолати задану дистанцію за найменший відрізок часу.(вага кожного снаряду 50 кг.).

6.1.2«Перетягування канату».

Командна вправа .Очки нараховуються обом учасникам. За перше місце -1 очко, за друге - 2 очка,за третє -3 очка,за четверте -4 очка.

6.1.3 Підйом штанги з «протяжкою» на випрямлені руки над головою із положення штанга на підлозі. За 1 хв. здійснити якомога більше підйомів.

6.1.4«Станова тяга»

За 1 хв. Здійснити якомога більше підйомів.(вага штанги-130 кг.).

6.1.5«Виштовхни із кола».

Головна мета-виштовхнути супротивника за межі окресленого кола,знаходячись і пересуваючись в положенні на одній нозі,руки притиснуті до тіла з боків. Відмінність цієї вправи в тому,що учасники які програють за

вихід до 1/4 отримують по 6 очок ,що вибувають на стадії виходу до 1/2 по 4 очки,фіналіст -2 і переможець - 1 очко.

6.1.6« Перекантовка автомобільного скату »

Завдання полягає в тому,щоб перевертаючи скат поперек осі,подолати задану дистанцію якомога швидше.(вага снаряду 150кг).

6.1.7«Буксировка автомобіля»

Із положення сидячи і опираючись ногами потрібно руками, взявшись за канат, до якого причеплений автомобіль, протягти той на задану відстань за найменший відрізок часу.

7.Безпека та підготовка місця для проведення змагань.

7.1Відповідальність за підготовку спортивних споруд та дотримання правил безпеки під час проведення змагань покладається на керівників та головного суддю змагань.

8.Визначення та нагородження переможців.

8.1Команди та учасники змагань, посівши 1-3 місця у командному та особистому заліку, нагороджуються кубками та дипломами.

9.Порядок подання заявок та анкет учасниками змагань.

9.1Представник команди в день змагань подає до суддівської колегії іменну заявку завірену підписом представника, підписом та печаткою лікаря, підписом керівника та печаткою коледжу а також анкету на кожного учасника змагань.