|  |  |
| --- | --- |
| **УТВЕРЖДАЮ**  Председатель МУ «Комитет по Физической  культуре и спорту администрации города  Пятигорска»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.А. Кузьменко  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022 г.  М.П. | **УТВЕРЖДАЮ**  Директор МБУ «Центр Физической  культуры и спорта города  Пятигорска»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. Г. Малькова  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022 г.  М.П. |
| **СОГЛАОВАНО**  Директор МБУ СОК «Стадион «Центральный» города Пятигорска»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. Ж. Месропов  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022 г.  М.П. |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**О проведении физкультурно-спортивного мероприятия**

**«Соревнование среди фитнес–залов и спортивных сообществ города Пятигорска»**

**І. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Настоящее Положение о проведении физкультурно-спортивного мероприятия «Соревнование среди фитнес-залов и спортивных сообществ города Пятигорска по функциональному многоборью» (далее-Положение) определяет порядок организации и проведения комплексных соревнований (далее-соревнования) среди коллективов и посетителей спортивных залов, фитнес-залов, а также спортивных сообществ, организационное и методическое обеспечение соревнований, порядок участия и определения победителей соревнований.

**ІІ. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

- привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом;

- популяризация фитнес-спорта;

- пропаганда здорового образа жизни;

- выявление сильнейших команд;

- укрепление дружеских связей, обмена опытом.

**III. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:**

Соревнования проводятся **07 мая 2022 года** на территории стадиона «Центральный», ул. Дунаевского, д. 5.

**Начало соревнований – 10:00 07 мая 2022 года.**

**Окончание - 14.00 07 мая 2022 года.**

**ІV. ОРГАНИЗАЦИЯ, ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ**

Организация и проведение соревнований осуществляется МБУ «Центром физической культуры и спорта». Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на главного судью, а также на судейскую коллегию, утверждённую организаторами.

Организатор обеспечивает материально-техническую базу, техническую документацию для выполнения программы соревнований.

**V. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ**

В соревнованиях участвуют команды спортивных залов, спортивных клубов, спортивных коллективов. Состав команды: 3 мужчины и 3 женщины в возрастной категории от 18 до 55 лет. Всего состав сборной команды составляет 6 человек.

**VI. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

Соревнования лично-командные, проводятся по следующим видам:

1. Народный жим. Максимум повторов жима штанги в положении лёжа с килограммами, равными массе собственного тела (погрешность 1,5 кг. в сторону облегчения). Для женщин – штанга равная половине массы собственного тела. Засчитывается повтор, при котором штанга коснулась груди и в максимально верхней точке локти полностью выпрямлены.
2. Прыжки в длину с места. Первый спортсмен прыгает от размеченной линии, второй прыгает от места приземления предыдущего спортсмена и так далее для всех участников команды. Выигрывает команда, суммарно набравшая наибольшую длину.
3. Сгибание рук в упоре лёжа. Приняв упор лёжа, руки на ширине плеч, происходит сгибание (5 см. от пола) и разгибание рук (полностью выпрямление локтей). Для женщин – упор лёжа от колен.
4. Гиря. Мужчины: толчок 16-тикилограммовой гири со сменой рук. До постановки гири на пол. Женщины: присед с 10-тикилограммовой гантелей.
5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине, количество раз за 1минуту (скручивание).
6. Эстафетный бег. 6 x 100 метров. Командное состязание для 6 участников, которые передают эстафетную палочку, должны пробежать 100 метров каждый.
7. Перетягивание каната. Участвуют все участники команды. Общая длина каната 33,5 метра. Задача: перетянуть канат на 4 метра, когда желтая насечка пересечется с желтой насечкой на разметке коридора. Подается 4 команды. Поднять канат, натянуть канат, ровно, тяни, свисток судьи.

**VII. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

Команда победительница определяется по наибольшему количеству набранных баллов. Все набранные баллы участниками одной команды суммируются. В случае равенства баллов одной или более команд, предпочтение отдается команде, показавший наилучший результат в отжиманиях. Команды-победители, занявшие I, II и III места, награждаются медалями, кубками и грамотами.

**VIII. ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Финансовые расходы согласно утвержденной сметы за счет МБУ «Центр физической культуры и спорта города Пятигорска» и в пределах средств бюджета города-курорта Пятигорска, предусмотренных на указанные цели.

**IIX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Спортивное мероприятие проводится на спортивном сооружении, отвечающем требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка, безопасности участников и зрителей, а также при условии акта готовности физкультурного или спортивного сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке. Согласно постановлению Правительства РФ от 18 апреля 2014 № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности проведения официальных спортивных соревнований». В соответствии с постановлением Правительства РФ от 18 апреля 2014 г. № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности проведения официальных спортивных соревнований». Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144 н. Соревнования проводятся в соответствии с постановлением губернатора Ставропольского края №74 от 04 марта 2022г. «О мерах по снижению рисков распространения новой коронавирусной инфекции COVID-2019 на территории Ставропольского края».

**IХ. ПОДАЧА ЗАЯВОК**

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются в электронном виде в ОРГОКОМИТЕТ по адресу: [centre\_sport\_26@mail.ru](mailto:centre_sport_26@mail.ru) не позднее 05 мая 2022 г.

Заявка (приложение №1), подписанная руководителем спортивной организации, заверенная врачом и печатью медицинского учреждения, представляется в комиссию по допуску в 1 экземпляре.

**Данное Положение является официальным вызовом на участие в соревнованиях.**

Приложение№1

**Заявка**

От команды (*полное наименование команды, город*)

на участие в (*полное наименование соревнований в соответствии с положением*)

место проведения соревнований:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия Имя Отчество | Дата рожд. | Спортивная квалификация | Примечания | Отметка врача о допуске |
|  | *заполняется полностью* | *обязательно указывать месяц и год* | *Если имеется* |  |  |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |

Представитель команды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ подпись/

К соревнованиям допущено ( цифра ) (цифра прописью) человек

Врач Ф.И.О. /подпись/дата

(Печать)

Представитель выпускающей организации (наименование)

Ф.И.О. /подпись/дата/

(Печать)