

СОГЛАСОВАНО:
Начальник УКФКСТИМП администрации
городского округа Долгопрудный
М.Н. Сатина

УТВЕРЖДАЮ:
Директор АУ «ФСК – «Салют»
Ж.В. Курятникова



ПОЛОЖЕНИЕ о Спартакиаде среди трудовых коллективов предприятий и учреждений г. Долгопрудного

I. Цели и задачи

1.1. Спартакиада проводится в г. Долгопрудный с целью широкого привлечения к регулярным занятиям физической культурой и спортом всех категорий граждан, развития массовых видов спорта и создания условий для организации активного отдыха и укрепления здоровья.

II. Сроки и место проведения

2.1. Спартакиада проводится на спортивных объектах АУ «ФСК - «Салют» (Московская обл., г. Долгопрудный, пр-кт. Ракетостроителей, д 4).

2.2. Сроки проведения: 16 сентября 2018 года (согласно расписанию).

III. Руководство подготовкой и проведением соревнований

3.1. Общее руководство подготовкой и проведением Спартакиады осуществляет АУ «ФСК-«Салют».

IV. Участники соревнований

4.1. К участию в соревнованиях Спартакиады допускаются спортсмены трудовых коллективов предприятий и учреждений города.

4.2. Организаторы мероприятия не принимают на себя ответственность за материальный ущерб, случаи травм либо смерти, произошедшие в связи с соревнованием, до него, вовремя или после него. Участники дают расписку – бланк заявку о личной ответственности за собственную жизнь и здоровье при регистрации (Приложение №1).

V. Программа Спартакиады:

- **Мини-футбол.** Состав команды – 10 человек (5 в поле + вратарь, 4 запасных). Возраст игроков не ограничен. Система проведения будет определена дополнительно в зависимости от количества команд.

- **Волейбол.** Соревнования командные. Состав команды: 10 человек (4 муж. + 2 жен. одновременно на площадке, 4 запасных). Возраст участников не ограничен. Система проведения соревнований определяется в зависимости от количества участников. Игра проводится до 2-х побед одной команды. Партия до 15 очков.

- **Настольный теннис.** Соревнования лично-командные. Состав команды: 2 человека (1 муж./1 жен.). Проводятся отдельно среди мужчин, отдельно среди женщин и отдельно в парном зачете (миксе) в соответствии с правилами по настольному теннису в следующем порядке: Олимпийская система (с выявлением всех мест). Каждая игра состоит из 3-х партий до 2-х побед. Игра за III место и финал – из 5 партий до 3- побед. Игра в партии проводится до 11 очков. В случае счета 10:10, 11:11 игра продолжается до перевеса в 2 очка. Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест очков, занятых участниками. В случае равенства очков учитывается результат в парном зачете (смешанная пара). Если участник снимается с соревнований, не выходит на игру или опаздывает на игру более чем на 8 минут, то ему засчитывается техническое поражение 2:0.

- **Перетягивание каната.** Соревнования командные. Возраст участников не ограничен. Состав команды: 10 человек (6 человек + 4 запасных). Встреча проводится до 2-х побед одной из команд. Система проведения в зависимости от количества команд.

- **Легкая атлетика.** Соревнования командные. Возраст участников неограничен. Состав команды: 2 муж. + 2 жен.

Состав команды: 2 муж. + 2 жен. Занят определяется по лучшему времени

- **Силовое многоборье.** Состав команды 2 мужчин. Многоборье состоит из 2-х упражнений (видов): Народный жим и гиревой спорт и гиревой жим.

Народный жим. Соревнования проводятся в многоповторном жиме штанги лежа. Вес штанги для каждого участника составляет $\frac{1}{2}$ от собственного веса участника, показанного на взвешивании. Веса округляются (должны быть кратными) до 2,5 кг в большую сторону. Каждый участник выполняет только один соревновательный подход к весу.

Рывок гири. Вес гири – 16 кг. Рывок – упражнение, при выполнении которого в соответствии с правилами соревнований гиря одним непрерывным движением должна быть поднята вверх на прямую руку. Для обеспечения ее подъема можно использовать подсед. Случайное касание помоста при замахе не считается ошибкой.

- **Командное многоборье.** Многоборье состоит из 3х видов: корпоративная эстафета, дартс, стрельба из электронного оружия

Корпоративная эстафета. Соревнования командные. Состав команд 5 человек (независимо от пола). Соревнования представляют собой эстафеты с использованием спортивного инвентаря.

Дартс. Соревнования командные. Состав команды: 2 мужчины + 2 женщины. Возраст участников не ограничен. 1 пробная серия по 3 дротика + 3 зачетных серий по 3 дротика. Результат определяется по сумме набранных очков. При подсчете очков учитываются только дротики, которые находятся в мишени после завершения серии.

Стрельба из электронного оружия. Соревнования командные. Состав команды: 2 муж. + 2 жен. Возраст участников неограничен. Стрельба в положении сидя: 3 пробных + 5 зачетных.

- **Соревнования среди болельщиков, не входящие в общекомандный зачет Комплекса ГТО**

- Подтягивание из вися на высокой/низкой перекладине.

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

- Наклон вперед из положения стоя.

- Прыжок в длину с места.

- Поднимание туловища.

- Бег на короткой дистанции (30м, 60м, 100м).

Семейная эстафета. Состав команды: папа, мама, ребенок в возрастных категориях 4-6 лет, 7-8 лет, 9-10 лет, 11-12 лет. Соревнования представляют собой эстафеты с применением спортивного инвентаря.

5.1. Определение победителей

В каждом виде спорта, входящем в программу соревнований Спартакиады, победитель определяется по настоящему Положению.

VI. Награждение

6.1. В общекомандном зачете команды, занявшие с 1 по 3 место, награждаются кубком и грамотой(дипломом), остальные команды участницы получают диплом за активное участие команды в соревнованиях и памятную статуэтку;

6.2. В командных зачетах по видам спорта команды, занявшие с 1 по 3 места, награждаются медалями и грамотами (дипломами).

6.3. В личных соревнованиях участники, занявшие с 1 по 3 место, награждаются медалями и дипломами.

6.4. В соревнованиях среди болельщиков участники, выполнившие все испытания ГТО и семьи, прошедшие все эстафеты награждаются памятными призами.

6.5. Система подсчета очков в Общекомандном зачете:

Место	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 и последующее
Очки	24	18	14	12	10	8	6	4	2	1

VII. Финансирование

7.1. Финансирование осуществляет АУ «ФСК- «Салют».

Данное положение является официальным вызовом на соревнования

**Заявка
на участие в Спартакиаде среди трудовых коллективов предприятий и
учреждений г. Долгопрудного**

Вид спорта _____

Организация _____

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Расписка ответственности за жизнь и здоровье
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично
			За жизнь и здоровье отвечаю лично

Представитель команды: _____ / _____ /
Ф.И.О. Моб. Тел.