



017.07

АДМИНИСТРАЦИЯ СОВЕТСКОГО РАЙОНА ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА

РАСПОРЯЖЕНИЕ

16.03.2022

№ 64

Об организации и проведении
военно-спортивного сбора
«Уральская зарница 2022»
среди образовательных учреждений
Советского района города Челябинска

В соответствии с распоряжением администрации Советского района города Челябинска от 19.01.2022 № 6 «Об утверждении календарного плана районных мероприятий в 2022 году», руководствуясь Уставом Советского района города Челябинска:

1. Отделу по культуре, физической культуре и работе с молодёжью (Холкина О.А.) организовать и провести военно-спортивный сбор «Уральская зарница 2022» среди образовательных учреждений Советского района города Челябинска 02 апреля 2022 года.

2. Утвердить Положение военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» среди образовательных учреждений Советского района города Челябинска (приложение).

3. Организационному отделу администрации района (Микрюкова О.Г.) разместить настоящее распоряжение на официальном сайте администрации Советского района города Челябинска.

4. Контроль исполнения настоящего распоряжения возложить на заместителя Главы Советского района Пашкову Т.Н.

Глава Советского района



В.Е. Макаров

**Положение военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022»
среди образовательных учреждений Советского района города Челябинска
(далее - Положение)**

1. Цели и задачи:

- формирование у обучающихся образовательных организаций сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния, физического развития подрастающего поколения;
- гражданское и военно-патриотическое воспитание подрастающего поколения;
- пропаганда и популяризация в молодежной среде здорового и безопасного образа жизни;
- проверка уровня и качества практической подготовки учащихся по программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- установление дружественных контактов между коллективами образовательных организаций Советского района города Челябинска;
- выполнение норм комплекса «Готов к труду и обороне»;
- выявление лучших команд Советского района города Челябинска для участия в городских соревнованиях среди учащихся общеобразовательных учреждений «Зарница-школа безопасности», среди студентов профессиональных образовательных учреждений города Челябинска «Уральская зарница».

2. Программа военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022».

Программа районного военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» предусматривает следующие виды соревнований:

- конкурс «Плац-парад»;
- конкурс «Статен и строен – уважения достоин»;
- интеллектуальный конкурс «Воинская слава России. Краеведение»;
- конкурс «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- конкурс «Военизированная эстафета»;
- конкурс «Готов к труду и обороне».

Участие команд во всех видах программы районного военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» обязательно.

3. Участники.

В военно-спортивном сборе «Уральская зарница 2022» принимают участие команды общеобразовательных организаций и студенты учреждений профессионального образования, расположенных на территории Советского района города Челябинска.

Команды общеобразовательных организаций принимают участие по двум возрастным группам:

- команда младшей возрастной группы - учащиеся 12-14 лет;
- команда старшей возрастной группы - учащиеся 15-17 лет.

Команды учреждений профессионального образования принимают участие в группе учреждений профессионального образования (при себе иметь паспорт и ученический билет).

Возраст участников определяется количеством полных лет на момент начала соревнований.

Состав команды - 12 участников (11 основных участников , 1 запасной) в каждой возрастной группе - учащиеся одной образовательной организации (в каждой группе не менее 2 девушек). Команду сопровождают: 1 руководитель команды, ответственный за жизнь и здоровье детей.

Члены команды обязаны:

- соблюдать данное Положение, требования секретариата и судейской коллегии;
- соблюдать требования безопасности во время участия в соревнованиях, учебно-тренировочных занятиях и при нахождении на объектах;
- соблюдать этические нормы поведения и общения как внутри команды, так и с другими участниками соревнований, представителями организаторов и судейской коллегии;
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования и нормы поведения;
- проходить медицинское обследование и своевременно обращаться в медицинский пункт с целью обеспечения здоровья и безопасности прохождения этапов соревновательной программы.

Команда должна быть экипирована.

4. Определение победителей.

Победитель военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» определяется по трем группам.

Победитель, призёры и последующие места среди команд определяются по наименьшей сумме мест, набранных командами в семи видах испытаний. При совпадении суммы, места распределяются по спортивному принципу: количество первых мест, вторых, третьих, наивысшее место, если нет призовых.

Команда-победитель и призёры соревнований, а также учителя подготовившие данные команды, награждаются кубками и грамотами администрации Советского района города Челябинска.

Команды-победители в отдельных видах соревнований и конкурсах награждаются грамотами администрации Советского района города Челябинска.

5. Организационные вопросы.

На мероприятие допускается не более 15 человек от каждого образовательного учреждения.

Для участия в сборе необходимо предоставить **до 21 марта 2022 года** в администрацию Советского района города Челябинска по адресу: г. Челябинск, ул. Орджоникидзе, д. 27а, кабинет 29, следующие документы:

- Предварительную заявку на участие, в которой указываются: полное название образовательного учреждения, ФИО (полностью) и даты рождения участников сбора, полное количество лет, класс (группа);
- На бланке образовательного учреждения именную заявку на участие в военно-спортивном сборе «Уральская зарница 2022», заверенную медицинским работником учреждения по установленной форме в день сборов;
- Выписку из приказа образовательной организации о направлении команды на сбор, назначить приказами по образовательным организациям руководителей команд и возложить на них ответственность за жизнь и здоровье детей в дни соревнований;
- Инструкции по соблюдению требований безопасности на Сборе с подписями руководителя и участников команды;
- карточка участника соревнований, заверенная образовательной организацией с фотографией для мандатной комиссии (бейджи).

6. Протесты.

- Протесты, подписанные руководителем команды, подаются в письменном виде через главного секретаря на имя главного судьи с обязательным указанием пунктов Положения, которые он считает нарушенными. Протест должен быть подан не позднее часа после окончания конкурса.

- Секретарь должен поставить на протесте дату и время его подачи и немедленно ознакомить с ним главного судью, подготовить материалы, необходимые для разбора протеста.

Программа военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022»

1. Конкурс «Плац-парад».

В конкурсе от команды участвует 11 человек (минимум 2 девушки).

Конкурс проводится в соответствии со строевым уставом Вооружённых Сил Российской Федерации.

Программа конкурса:

Прохождение команды торжественным маршем и с песней.

Личный состав участников выстраивается в линию отрядов. Состав команды 11 человек, из них 1 командир и 1 знаменосец. Справа налево по номерам организаций. Отряд выстраивается в колонну по 3 человека, на правом фланге отряда размещается знаменосец и командир. Интервал между отрядами 2 шага.

1.1 Прохождение торжественным маршем.

По команде судьи «К ТОРЖЕСТВЕННОМУ МАРШУ» Командиры выходят строевым шагом, четыре шага прямо и четыре шага налево, после чего останавливаются. Знаменщики делают соответственно два шага прямо, два шага налево и также останавливаются. «ПО ОТРЯДНО». Командиры и знаменщики поворачиваются направо. «НАПРА-ВО», Отряды поворачиваются направо. «ДИСТАНЦИЯ 10 метров», «ШАГОМ -МАРШ». Отряды начинают движение и выходят на исходную позицию. Флаг школы в положении «К торжественному маршу». На исходной позиции отряд останавливается. Командир отряда командует «ОТРЯД РАВНЯЙСЬ, СМІРНО, ШАГОМ-МАРШ». При приближении к судейской бригаде, за 15-20 шагов, командиры подают команду «ОТРЯД-СМІРНО равнение на - ПРАВО». Командир прикладывает руку к головному убору, личный состав прижимает руки и поворачивают, за исключением первой колонны, голову направо. После прохождения судейской бригады командир подаёт команду «ОТРЯД-ВОЛЬНО» и отпускает руку от головного убора, а личный состав поворачивают голову прямо и начинают движение с отмахкой рук. Отряд возвращается на место построения.

1.2 Исполнение строевой песни.

По команде судьи «ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ПЕСНИ» Командиры выходят строевым шагом, четыре шага прямо и четыре шага налево, после чего останавливаются. Знаменщики делают соответственно два шага прямо и два шага налево и также останавливаются. «ПО ОТРЯДНО». Командиры и знаменщики поворачиваются направо. «ДИСТАНЦИЯ 20 метров, НАПРА-ВО». Отряды поворачиваются направо. «ШАГОМ-МАРШ». Отряды начинают движение и выходят на исходную позицию. Флаг школы в положении «НА ПЛЕЧО».

На исходной позиции командир останавливает отряд. Подаёт команду «ОТРЯД, РАВНЯЙСЬ, СМІРНО, С МЕСТА, С ПЕСНЕЙ, ШАГОМ - МАРШ». По команде отряд начинает движение и исполняет песню. После исполнения песни уходят со строевого плаца.

Определение результатов конкурса.

Каждый элемент оценивается по пятибалльной системе, заносится в протокол. Суммируются баллы двух судей. Место определяется по наибольшему количеству баллов. Если команды набрали одинаковые баллы, занимают одинаковое место.

Оценивается:

- дисциплина строя;
- строевой шаг отделения;
- действия командира;
- выполнение воинского приветствия в движении;
- прохождение с песней;
- единая выглаженная форма одежды с эмблемой команды на правом плече;
- вычищенная обувь.

– Все протесты рассматриваются на заседании судейской коллегии. Протесты, составленные с нарушениями указанных выше требований, судейская коллегия имеет право не рассматривать.

– Окончательное решение по протесту, поданному на действие судейской коллегии, организаторов или какой-либо из команд в отношении других участников Сбора, принимает Главный судья соревнования.

7. Дисциплинарные взыскания.

1) Недисциплинированное и халатное поведение членов, руководителей команд, включает в себя, но не ограничивается следующими пунктами:

- пререкания с судьями, давление на судей или официальных лиц;
- апелляция к зрителям;
- неэтичное отношение друг к другу, соперникам, зрителям, судьям или организаторам, нецензурная брань до, во время и после прохождения этапа соревновательной программы, порочащие или оскорбляющие участников судей, зрителей, организаторов и мешающие проведению этапа;

- предъявление фиктивных заявочных документов;
- небрежное отношение к имуществу, предоставленному организаторами сбора или имуществу других команд, а также умышленное повреждение имущества;
- несоблюдение командой требований по внешнему виду, форме и спортивной одежде, требуемой для прохождения соревновательных этапов программы и мероприятий сбора.

2) При наличии оснований (письменное заявление в судейскую коллегию, зарегистрированное секретарем сбора) рассматривать действия членов, руководителей команд как нарушающие Положение возможно применение дисциплинарных взысканий. Судейская коллегия после выяснения всех причин вправе:

- вынести предупреждение;
- дисквалифицировать команду.

3) Решение о дисциплинарном взыскании оформляется специальным протоколом за подписью главного судьи, секретаря и еще трех членов судейской коллегии или представителей организаторов сбора. Руководитель команды, нарушившей Положение, также должен расписаться в протоколе. В случае отказа от подписания данного протокола об этом делается специальная запись.

4) Копия протокола о дисциплинарном взыскании и сопроводительное письмо, подготовленное секретарем, направляются в адрес командующей организации.

Заместитель Главы Советского района

Т.Н. Пашкова

– Все протесты рассматриваются на заседании судейской коллегии. Протесты, составленные с нарушениями указанных выше требований, судейская коллегия имеет право не рассматривать.

– Окончательное решение по протесту, поданному на действие судейской коллегии, организаторов или какой-либо из команд в отношении других участников Сбора, принимает Главный судья соревнования.

7. Дисциплинарные взыскания.

1) Недисциплинированное и халатное поведение членов, руководителей команд, включает в себя, но не ограничивается следующими пунктами:

- пререкания с судьями, давление на судей или официальных лиц;
- апелляция к зрителям;
- неэтичное отношение друг к другу, соперникам, зрителям, судьям или организаторам, нецензурная брань до, во время и после прохождения этапа соревновательной программы, порочащие или оскорбляющие участников судей, зрителей, организаторов и мешающие проведению этапа;

- предъявление фиктивных заявочных документов;
- небрежное отношение к имуществу, предоставленному организаторами сбора или имуществу других команд, а также умышленное повреждение имущества;

- несоблюдение командой требований по внешнему виду, форме и спортивной одежде, требуемой для прохождения соревновательных этапов программы и мероприятий сбора.

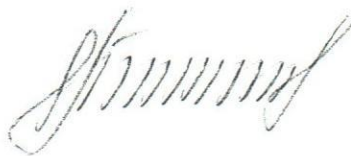
2) При наличии оснований (письменное заявление в судейскую коллегия, зарегистрированное секретарем сбора) рассматривать действия членов, руководителей команд как нарушающие Положение возможно применение дисциплинарных взысканий. Судейская коллегия после выяснения всех причин вправе:

- вынести предупреждение;
- дисквалифицировать команду.

3) Решение о дисциплинарном взыскании оформляется специальным протоколом за подписью главного судьи, секретаря и еще трех членов судейской коллегии или представителей организаторов сбора. Руководитель команды, нарушившей Положение, также должен расписаться в протоколе. В случае отказа от подписания данного протокола об этом делается специальная запись.

4) Копия протокола о дисциплинарном взыскании и сопроводительное письмо, подготовленное секретарем, направляются в адрес командующей организации.

Заместитель Главы Советского района



Т.Н. Пашкова

2. Конкурс «Статен и строен – уважения достоин».

Строевая подготовка в составе отделения.

В конкурсе от команды участвует 11 человек (минимум 2 девушки).

Соревнования проводятся по программе, включающей элементы строевой подготовки согласно строевому Уставу вооруженных сил Российской Федерации:

– выход отделения, рапорт командира отделения судье и ответ юнармейцев на приветствие судьи соревнований;

– внешний вид отделения;

– выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»;

– повороты на месте;

– перестроение отделения из одношереножного строя в двушереножный и обратно;

– одиночная подготовка командира отделения и одного юнармейца по выбору командира.

Оценка одиночной подготовки включает:

– выход из строя, подход к начальнику, доклад, постановка в строй;

– повороты на месте и в движении;

– строевой шаг.

Каждый элемент оценивается по пятибалльной системе, заносится в протокол.

3. Конкурс «Готов к труду и обороне».

Конкурс проводится по 5 видам (минимум 2 девушки):

3.1 Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

В данном виде соревнований участвуют 2 человека от команды.

Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками.

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

Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

Участник имеет право:

– при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;

– использовать все время (1 минуту), отведенное на подготовку и выполнение прыжка.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

– заступ за линию отталкивания или касание ее;

– отталкивание с предварительного подскока;

– поочередное отталкивание ногами;

– уход с места приземления назад по направлению прыжка.

3.2 Подтягивание.

Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики - 2 человека).

Техника выполнения испытания.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 0,5 секунды.

Испытание выполняется на максимальное количество раз доступное участнику.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

– нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);

– нарушение техники выполнения испытания;

- подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;
- фиксация исходного положения менее чем на 0,5 секунды;
- подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

3.3. Поднимание туловища из положения лежа на спине.

В данном виде соревнований участвуют 2 девочки от команды.

Техника выполнения.

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Испытание (теста) выполняется парно. Поочередно один из партнеров выполняет испытание (тест), другой удерживает его ноги за ступни и (или) голени.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза)
- изменение прямого угла согнутых ног.

3.4 Челночный бег 3* 10 м (с кубиками).

В данном виде соревнований участвуют 2 человека.

Техника выполнения.

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твёрдым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью.

Упражнение выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и финиша. Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 метров.

На финишной линии лежит кубик (5см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) начинает бег в сторону финишной черты; берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) за стартовую линию и снова бежит к финишной черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «Марш!», до пересечения линии финиша. Участники стартуют по 2 человека.

Судья останавливает секундомер в момент пересечения линии «Финиш». Результат фиксируется до 0,1 секунды.

3.5 Наклон вперед из положения стоя

В данном виде соревнований участвуют 2 человека.

Техника выполнения.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье или предмете, заменяющем ее. Ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см.

Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, леггинсы).

При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- сгибание ног в коленях;
- фиксация результата пальцами одной руки;
- отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.

Один судья для всех команд на каждый вид в данном конкурсе.

4. Конкурс «Воинская слава России. Краеведение».

В конкурсе участвует 10 человек (2 девушки минимум). Команде выдаются билеты с 10 вопросами по данной тематике в тестовом режиме; в течение 3 минут участники отвечают письменно на вопросы и сдают ответы судьбе конкурса; оценивается правильность ответов и время выполнения задания по последнему участнику.

НА КОНКУРС КОМАНДА ДОЛЖНА ИМЕТЬ СВОИ ПИСЬМЕННЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ.

5. Конкурс «Основы безопасности жизнедеятельности».

В конкурсе участвует 10 человек (2 девушки минимум). Команде выдаются билеты с 10 вопросами по данной тематике в тестовом режиме; в течение 4 минут участники отвечают письменно на вопросы и сдают ответы судьбе конкурса; оценивается правильность ответов и время выполнения задания по последнему участнику.

НА КОНКУРС КОМАНДА ДОЛЖНА ИМЕТЬ СВОИ ПИСЬМЕННЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ.

6. Военизированная эстафета.

В конкурсе участвует 10 человек (2 девушки минимум).

– 1 этап. Неполная разборка АК-74 и сборка после неполной разборки (1 человек);

Порядок разборки: отделить «магазин», проверить наличие патрона в патроннике, (снять автомат с предохранителя, отвести рукоятку затворной рамы назад, отпустить рукоятку, спустить курок с боевого взвода), отделить шомпол, крышку ствольной коробки, пружину возвратного механизма, затворную раму с газовым поршнем и затвором, вынуть затвор из затворной рамы, отсоединить газовую трубку со ствольной накладкой.

Сборка осуществляется в обратном порядке. После присоединения крышки ствольной коробки спустить курок с боевого взвода и поставить автомат на предохранитель. Поднятие, либо не поднятие ствола АК-74 при спуске курка не считается за ошибку.

Бег 50 метров.

Штрафы:

- несоблюдение мер безопасности – (отстранение участника с этапа – плюс 3 мин. ко времени команды).
- не соблюдение последовательности при сборке и разборке АК-74 – 1 балл (плюс 30 сек.)
- при падении деталей АК-74 на пол - 1 балл (плюс 30 сек.)
- вмешательство (подсказка) представителя команды в действия участника — 1 балл (плюс 30 сек.)

– 2 этап. Надевание ОЗК (1 человек). Порядок выполнения норматива:

Надевание ОЗК в виде плаща.

Заблаговременное надевание ОЗК (плащ в рукава) проводят на незараженной местности по команде: «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть. Газы!»

По этой команде необходимо:

- положить ОЗК на землю, оставляя на себе противогаз в походном положении;
- достать чулки и перчатки из капюшона плаща ОП-1м;
- надеть чулки, завязать обе тесьмы на поясном ремне, застегнуть хлястики начиная с нижних;
- надеть плащ в рукава и противогаз, оставляя противогазовую сумку под плащом, и застегнуть шпеньки плаща;
- надеть капюшон и перчатки, при этом петли на низах рукавов надеть на большие пальцы поверх перчаток.

Бег 20 метров.

Ошибки:

№ п/п	Ошибки	Штрафной балл	Штрафное время
1	Надевание защитных чулок производилось с застегнутыми хлястиками	1 балл	5 сек

2	Не завязаны обе тесьмы на пояском ремне	1 балл	5 сек
3	Не правильно застегнуты борта плаща или не полностью одеты чулки	1 балл	5 сек
4	Не застегнуто два шпенька	1 балл	5 сек
5	Не соблюдалась последовательность норматива	1 балл	5 сек
6	Имеются открытые участки обмундирования и кожи	3 балл	15 сек

Пояснения

В «походное» положение противогаз переводят следующим образом:

- надевают сумку с противогазом через правое плечо, чтобы она находилась на левом боку, застежка сумки должна быть обращена от себя.

- подгоняют при помощи передвижной пряжки длину плечевого ремня так, чтобы верхний край сумки был на уровне пояса.

- сдвигают сумку немного назад так, чтобы при ходьбе она не мешала движению руки и закрепляют сумку на туловище с помощью поясной тесьмы.

– 3 этап. Транспортировка пострадавшего (3 человек);

– 4 этап. Гладкий бег (1 человек);

– 5 этап. Близнецы (переброска мяча друг другу во время бега) (2 человека);

– 6 этап. «Тачка» (2 человека), наличие перчаток обязательно.

Заместитель Главы Советского района

Т.Н. Пашкова

ЗАЯВКА

на участие в военно-спортивном сборе «Уральская зарница 2022»
для образовательных учреждений Советского района города Челябинска

Наименование образовательной организации, направляющей команду на военно-спортивный сбор «Уральская зарница 2022»

(далее – Направляющая организация) направляет для участия в военно-спортивном сборе «Уральская зарница 2022» (далее – Сбор) команду в следующем составе:

1) участники команды:

№ п/п	Фамилия, Имя, Отчество	Дата рождения	Класс или группа	УИН	Отметка о допуске врача
1.					
2.					
3.					
...					

2) руководитель команды:

фамилия, имя, отчество: _____

должность: _____

контактный телефон: _____

Приказом Направляющей организации ответственность за жизнь и здоровье участников команды в пути следования к месту (с места) проведения Сбора, во время участия в Сборе, а также за выполнение всеми участниками команды правил техники безопасности, соблюдение дисциплины и порядка, возложена на руководителя команды, указанного в настоящей заявке.

Подписанием настоящей заявки Направляющая организация:

1) выражает свое согласие с Положением о проведении военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022 (далее – Положение);

2) принимает на себя ответственность за ознакомление с Положением участников и руководителя команды и обеспечение участия команды в Сборе в соответствии с требованиями Положения.

Все указанные в настоящей заявке участники команды по состоянию здоровья допущены к участию в Сборе.

Врач: _____ / _____ /
Подпись врача / Фамилия, Имя, Отчество врача

МП

Руководитель команды: _____ / _____ /
Подпись руководителя команды / Фамилия, Имя, Отчество руководителя команды

Достоверность сведений, представленных в настоящей заявке, подтверждаю:

Должность руководителя образовательной организации / Подпись руководителя образовательной организации / И.О. Фамилия руководителя образовательной организации

МП

Дата: «__» _____ 2022 года

ИНСТРУКЦИЯ

по мерам безопасности при сдаче испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду обороне» на конкурсе «Готов к труду и обороне» военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» для образовательных учреждений Советского района города Челябинска

I. Общие положения

1. Конкурс «Готов к труду и обороне» проводится в соответствии с требованиями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее - ГТО). Конкурс проводится по типу «круговой тренировки». Команда, пройдя один вид испытания, переходит к другому.

2. Ответственность за организацию и проведение конкурса возлагается на главного судью конкурса «Готов к труду и обороне».

3. Руководитель несет полную ответственность за знание и соблюдение всеми участниками команд настоящей инструкции.

4. К сдаче норм физкультурно-спортивного комплекса ГТО допускаются участники команд, не имеющие медицинских противопоказаний по состоянию здоровья и изучившие требования по мерам безопасности при сдаче норм физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

5. В период сдачи норм ГТО необходимо соблюдать правила безопасного поведения, установленные правилами сдачи норм ГТО, режим (график) выполнения спортивных мероприятий (норм, упражнений) и отдыха, соблюдать правила личной и общественной гигиены.

6. При сдаче норм ГТО возможно воздействие на людей опасных факторов, которые могут привести к случаям травматизма:

- неисправные и не проверенные (не осмотренные) спортивные снаряды, инвентарь и оборудование;
- скользкий мокрый грунт, влажный настил, неровности площадки, участка местности, где выполняются спортивные упражнения (нормативы ГТО);
- столкновения, падения соревнующихся;
- неподготовленная спортивная одежда и обувь;
- выполнение упражнений без страховки;
- выполнение упражнений (нормативов ГТО) без спортивной разминки.

7. Выполнение норм ГТО производится в подготовленной (исправной) спортивной одежде (форме) и обуви.

8. При сдаче нормативов ГТО соизмерять свои физические возможности с предельными временными и количественными нормативами ГТО.

9. Лица, не соблюдающие требования техники безопасности при сдаче норм ГТО, привлекаются к ответственности в установленном порядке.

II. Обязанности главного судьи конкурса, судей этапов

1. Главный судья конкурса и судьи перед началом конкурса «Готов к труду и обороне» обязаны ознакомиться с настоящей инструкцией.

2. Главный судья конкурса убеждается (удостоверяется), что спортивные снаряды, инвентарь и оборудование исправны и надежны в эксплуатации; распределяет судей по этапам с учетом их опыта; руководит работой судейской бригады во время проведения конкурса.

3. Судьи этапов проверяют площадку или место для сдачи норм ГТО на предмет отсутствия посторонних предметов и факторов, которые могут повлиять на безопасное

выполнение норм ГТО; определяют правильность выполнения испытаний, и выполнения участниками мер по обеспечению безопасности; оповещают участников о нарушениях; при необходимости имеют право принимать участие в спасательных работах.

III. Требования безопасности перед началом сдачи норм ГТО участниками

1. Участники конкурса «Готов к труду и обороне» обязаны соблюдать общепринятые нормы поведения спортсмена, быть дисциплинированными и вежливыми; знать, выполнять Положение военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» для образовательных учреждений Советского района города Челябинска и условия конкурса «Готов к труду и обороне», незнание этих документов не освобождает участников от ответственности за нарушения.

2. Подготовить и надеть спортивную одежду и обувь. Обувь должна быть с нескользящей подошвой, застегнута или зашнурована, шнурки заправлены.

3. Провести индивидуальную спортивную разминку всех групп мышц или принять участие в групповой спортивной разминке, проводимую подготовленным лицом (инструктором, спортсменом, физкультурником).

IV. Требования безопасности при выполнении (сдаче) норм ГТО участниками

1. Выполнять все требования безопасной сдачи норм ГТО.

2. Находиться на указанном или безопасном расстоянии от лиц, выполняющих упражнения при сдаче норм ГТО, не создавать им помех и не отвлекать от выполнения спортивного норматива.

3. При легкоатлетическом беге не допускаются:

- столкновения соревнующихся;
- удары по рукам и ногам;
- захваты руками за одежду соревнующихся.

4. При падении необходимо сгруппироваться, защитив по возможности от удара о землю (препятствие) в первую очередь голову и живот.

5. При ухудшении самочувствия, появления боли или получении травмы прекратить выполнение упражнения (норматива), немедленно сообщить об этом старшему судье на этапе сдачи норм ГТО. При этом должна оказаться первая медицинская помощь пострадавшему или обратившемуся и при необходимости организована его доставка в медицинское учреждение.

6. Не выполнять упражнения на гимнастических снарядах без страховки (страхующего).

V. Требования безопасности по окончанию сдачи норм ГТО участниками

1. Успокоить дыхание, выполнив при необходимости специальные упражнения.
2. Прибыть к установленному месту сбора, где должна быть проведена проверка наличия участников конкурса, заслушаны заявления, жалобы и предложения.
3. Сдать спортивный инвентарь.
4. При необходимости и возможности, принять душ, переодеться в сухую чистую одежду.

Все руководители команд, участники команд должны ознакомиться с Инструкцией при сдаче испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду обороне» на конкурсе «Готов к труду и обороне» военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» для образовательных учреждений Советского района города Челябинска под личную подпись каждого участника команды:

Наименование образовательной организации, направляющей команду на военно-спортивный сбор «Уральская зарница 2022»

Группа: МЛАДШАЯ СТАРШАЯ ПОУ

(подчеркнуть)

Руководитель команды _____ / _____

(подпись)

(расшифровка подписи)

Участники команды:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Подпись
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		

Главный судья военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» для образовательных учреждений Советского района города Челябинска

_____ / _____

(подпись)

(расшифровка подписи)

Образец карточки участника военно-спортивного сбора «Уральская зарница 2022» для образовательных учреждений Советского района города Челябинска

КАРТОЧКА УЧАСТНИКА	ФИО участника
ФОТО (печать образовательного учреждения)	Название образовательного учреждения _____
	Класс/группа _____
	Руководитель образовательного учреждения _____/_____
	(подпись) / (расшифровка подписи)
	«_____» _____ 2022 г.