

УТВЕРЖДАЮ:
Благочинный
I Старооскольского городского
округа, протоиерей



УТВЕРЖДАЮ:
Начальник управления по
физической культуре и спорту
администрации Старооскольского
городского округа



И. П. Микулянич

Регламент

**проведения спортивного православного праздника, посвященного
Дню памяти Святого Благоверного князя Александра Невского**

1. Цели и задачи

Спортивный православный праздник, посвященный Дню памяти Святого Благоверного князя Александра Невского (далее – Спортивный православный праздник) проводится в целях:

- пропаганды и популяризации ценностей духовной и физической культуры;
- привлечения все большего количества людей к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- совершенствования форм организации физкультурно-спортивной массовой работы, духовного и патриотического воспитания молодежи.

2. Организаторы мероприятия

Общее руководство организацией и проведением Спортивного православного праздника осуществляют Управление по физической культуре и спорту администрации Старооскольского городского округа (далее – «УФКиС») совместно с I Благочиньем Старооскольского городского округа и муниципальным бюджетным учреждением «Старооскольский центр тестирования «ГТО» и развития физической культуры» (далее – МБУ «СЦТ«ГТО»).

Непосредственное проведение спортивного православного праздника осуществляет МБУ «СЦТ«ГТО».

3. Участники

К участию в Спортивном православном празднике допускаются команды (5 юношей + 2 девушки):

- образовательных школ Старооскольского городского округа в возрасте 16-17 лет;
- организаций среднего профессионального и высшего образования в возрасте 18-23 лет, имеющие соответствующую подготовку и медицинский допуск.

4. Программа Спортивного православного праздника

№	Вид программы	Участники
1	Перетягивание каната	5 юношей
2	Перекидывание покрышки (количество раз за 1 минуту)	5 юношей
3	Рывок гири (количество раз за 3 минуты)	Юноши
4	Городки	Девушки
5	Армрестлинг	Юноши
6	Удерживание гири весом 6 кг	Девушки
7	Русский жим	Юноши
8	Силовые шашки	Юноши
9	Викторина «Александр Невский – сила и опора земли русской»	Юноши/ Девушки

5. Условия проведения

5.1 Перетягивание каната

Состав команды – 5 юношей.

Система проведения – выбывание после одного поражения.

Требования к участникам – участники соревнований должны выступать в спортивной обуви без шипов с мягкой подошвой. Запрещается использовать обувь с подошвой, подбитой гвоздями, с пряжками или другими металлическими, пластмассовыми и заостренными элементами.

Правила соревнований:

Канат берется голыми руками обычным хватом (обращенными кверху ладонями обеих рук). Канат должен проходить между туловищем спортсмена и верхней частью его руки. Любой другой захват, препятствующий движению каната, считается нарушением правил.

Ноги должны быть обращены коленями вперед, а спортсмены должны находиться все время в положении тяги каната.

5.2 Перекидывание покрышки

Состав команды – 5 юношей.

Кантовка (переворот) покрышки всей командой. Команда победитель определяется по наибольшему количеству переворотов за 1 минуту.

При равенстве показателей победу одерживает команда чей суммарный возраст меньше.

5.3 Рывок гири

Для выполнения испытания используется гиря весом 16 кг. Контрольное время выполнения упражнения – 3 мин. Засчитывается суммарное количество правильно выполненных рывков гири правой и левой рукой.

При равенстве показателей победу одерживает участник чей возраст меньше.

5.4 *Городки*

Система проведения - выбывание после одного поражения.

Правила соревнований:

Выстраивается городошная фигура «Пулеметное гнездо». Участники выполняют по одному броску с расстояния 10м от «города». Победитель определяется по наибольшему количеству выбитых городков за пределы города. При равенстве показателей назначается еще по одной попытке для каждого из участников.

5.5 *Армрестлинг*

Система проведения - выбывание после одного поражения. Соревнования проводятся в абсолютной категории не зависимо от весовой категории спортсмена.

5.6 *Удерживание гири*

Для выполнения испытания используется гиря весом 6 кг. Участнику необходимо удержать гирю на вытянутых прямых руках. Победитель определяется по наибольшему количеству времени.

5.7 *Русский жим*

Соревнования проводятся в абсолютной категории не зависимо от весовой категории спортсмена. Участником осуществляется жим штанги фиксированного веса. Победитель определяется по наибольшему выжитому весу.

5.8 *Силовые шашки*

Система проведения – выбывание после одного поражения.

Правила идентичны правилам русских шашек. Вместо шашек используются гири весом 16 кг. Взятые шашки (гири) убирает с поля участник, у кого они были взяты. Время на одну игру каждому из соперников – 2 минуты. Общее время не может превышать четырёх минут.

5.9 *Викторина «Александр Невский – сила и опора земли русской»*

Участвуют все желающие.

Викторина проводится в форме устных вопросов про житие Святого Благоверного князя Александра Невского, историю Руси во время его правления. Победитель определяется по наибольшему количеству правильных ответов на заданные вопросы.

6. **Награждение**

Участники, занявшие 1-3 места в каждой категории награждаются грамотами и медалями.

7. Условия финансирования

Расходы, связанные с награждением победителей и призеров несет муниципальное бюджетное учреждение «Старооскольский центр тестирования «ГТО» и развития физической культуры».

Расходы по командированию, питанию, экипировке команды несут командирующие организации.

8. Подача заявок на участие

Для участия необходимо направить предварительную заявку (в WORD) в муниципальный центр тестирования комплекса ГТО до **«11» сентября 2023г.** на электронный адрес: oskol.sportgto@mail.ru

ОРГКОМИТЕТ
44-18-20 Печенских А.Д.
E-mail: oskol.sportgto@mail.ru