|  |  |
| --- | --- |
| **«СОГЛАСОВАНО»**  Председатель профкома МБОУ «Горнякская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.И. Павлова  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. | **«УТВЕРЖДАЮ»**  Директор МБОУ «Горнякская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.Н. Кузнецов  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

о проведении военизированных соревнований «Зарница: тропа испытаний»,

соревнования для учащихся 5-9 классов

**1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Цель: Патриотическое и нравственное воспитание, морально-психологическая и физическая подготовка молодежи к службе в Вооруженных Силах РФ.

Задачи:

- Популяризация здорового образа жизни;

- Накопление психологического опыта, соответствующего поведения в условиях коллективной деятельности;

- Развитие общих физических качеств: силы, быстроты, ловкости и выносливости;

- Адаптация к условиям военной деятельности и выработка навыков безопасности жизнедеятельности.

**2.ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА**

2.1. Военизированные соревнования «Зарница: тропа испытаний» (далее - соревнования) является командным многоборьем.

2.2. В соревнованиях принимают участие команды МБОУ «Гонякская СОШ».

2.3. Команда-участник состоит из 6 человек (не менее 2 девушек), 1 представитель, 1 судья. **Возраст участников** – 11-15 лет (5-9 кл.).

2.4. В каждой команде обязательно выбирается капитан для выполнения капитанских обязанностей в команде.

2.5. Классный руководитель несет ответственность за жизнь и здоровье участников команды.

2.6. Команда, принимающая участие в игре, должна быть обеспечена:

**Форма одежды** – удобная спортивная форма одежды.

2.7. Члены команд должны быть физически здоровы, не иметь медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам, должны прослушать инструкцию по технике безопасности в каждой команде, а также обладать теоретическими знаниями и практическими навыками по всем дисциплинам, необходимым для участия в конкурсных этапах соревнований.

2.8. **Участникам соревнований запрещается:**

- вмешиваться в работу судей, вступать с ними в пререкания или внешне выражать свое недовольство судейством;

- покидать место соревнований без разрешения главного судьи соревнований;

2.9. Судейская коллегия оставляет за собой право принимать решения в спорных ситуациях, не указанных в данном Положении.

**3. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

3.1 Военизированные соревнования проводятся **16 февраля 2024 года** на базе **МБОУ «Горнякская СОШ»**.

3.2 Для участия в соревнованиях необходимо **до 15 февраля 2024 года** подать **предварительную заявку** в судейскую коллегию (Приложение 1).

**4.РУКОВОДСТВО ПОДГОТОВКОЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ**

4.1. Общее руководство военизированными соревнованиями «Зарница: тропа испытаний» осуществляет МБОУ «Гонякская СОШ».

4.2. Непосредственное проведение игры возлагается на судейскую коллегию, согласованную и утвержденную главным судьей соревнований.

**5.БЕЗОПАСНОСТЬ**

5.1. Безопасность участников во время соревнований обеспечивают классные руководители команд.

5.2. Безопасность участников во время прохождения этапов соревнований обеспечивает судейская бригада.

**6. ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ**

Учащиеся в полном составе выстраиваются по классам в три шеренги. Классные руководители возглавляют строй своего класса.

Капитан команды \_\_\_\_ класса выходит из строя, отдаёт команду:

- Команда \_\_\_\_\_ класса для участия в военно-спортивной игре выйти из строя;

- Равняйсь! Смирно! Равнение на середину!

Командир \_\_\_\_ класса строевым шагом подходит к ведущему, сдаёт рапорт:

- Команда \_\_\_ класса к участию в военно-спортивной игре «Зарница» готова, капитан команды учащийся 5 класса \_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Далее сдают рапорты следующие классы.

**Ведущий:** равняйсь, смирно! Здравие желаю, товарищи бойцы!

**Дети:** «Здравия желаем товарищ судья!»

**Ведущий:** сегодня мы с вами собрались, чтобы почтить память о нашем земляке, Косолапова Сергея Александровича. Он учился в Горнякской школе с 1985 по 1994 год. К учебе относился ответственно, был надежным товарищем, учителя и школьные товарищи помнят его общительным, тактичным и очень ответственным юношей, любил физкультуру, имел художественные наклонности, любил рисовать и выпиливать из дерева на уроках труда. По окончании училища культуры отслужил срочную службу в ракетных войсках, во время проведения специальной операции в Чеченской Республике проходил службу по контракту сапером, далее продолжил контрактную службу в п. Кизнер. В 2022 г. подписал контракт и отправился в зону новой специальной операции по защите Луганской и Донецкой Республик от украинских националистов. Погиб в ожесточённых боях за г. Бахмут 03 июля 2022 г. Приказом президента Российской Федерации награждён медалью «За военную доблесть 2 степени». Давайте почтим память героя минутой молчания.

(минута молчания)

**Ведущий:** Соревнования включают в себя следующие этапы:

**- «Военизированная эстафета» + «Огневой рубеж»;**

**- «Спортивный».**

**7. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЭТАПОВ**

**Этап: «Военизированная эстафета»**

Участвует команда в полном составе. Форма одежды спортивная. Учитывается общее время прохождения этапа всей командой с учетом ошибок. 1 штрафной балл + 30 сек.

Порядок выполнения элементов:

1. **Старт. Челночный бег 3Х10 м.** *Этап проводится в спортзале.*

Сумма баллов, набранных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды. Время команды учитывается по последнему финиширующему участнику.

2. **Одевание противогаза и преодоление «заражённой зоны» в противогазах**. *Этап проводится в спортзале.*

Обязательное условие – участники держаться за руки. За 1 ошибку штраф +30 сек.

Ошибки: неправильно надет противогаз, расцепление рук участников.

3. **Переноска ящика с боеприпасами** (вес ящика 15 кг). Дистанция 30 м. *Этап проводится на территории школьного двора.*

За ошибку штраф +30 сек.

Ошибки: ящик уронили, ящик раскачали, ящик несут под углом друг к другу.

4. **Метание гранаты на точность** (до цели 15 м. в квадрат 3х3 м.). *Этап проводится на территории школьного двора.*

Каждый участник выполняет по одному броску гранаты. Каждый промах +30 сек. штрафа.

5. **Переноска пострадавшего** двумя носильщиками на простом «замке» из двух рук. *Этап проводится в спортзале.*

Команда делится на две части: по два носильщика и одного пострадавшего. Каждый из носильщиков захватывает правой кистью свое левое запястье, а левой кистью — правое запястье второго носильщика. Пострадавший садится на «замок» и обхватывает руками шею носильщиков. За каждую ошибку при оказании первой помощи +30 сек.

Ошибка: падение «пострадавшего».

6. **«Огневой рубеж» (спортзал)** *Этап проводится в спортзале.*

Стрельба из пневматической винтовки. Стрельба осуществляется стоя. Установленная данным Положением мишень. Дистанция 10 м. Каждый участник команды выполняет один выстрел.

Каждый промах +30 сек. штрафа.

7. **Этап: «Спортивный»** *Этап проводится в спортзале.*

Выполняет вся команда.

- **Подтягивание на перекладине (юноши)**

Испытание выполняется в спортивном зале.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из ИП: вис прямым хватом, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, 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 1 с.

Засчитывается количество правильно выполненных **(за 30секунд)** подтягиваний. Ошибки:

- подбородок тестируемого оказался ниже уровня грифа перекладины;

- подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища);

- широкий хват при выполнении исходного положения;

- отсутствие фиксации менее 1 сек. исходного положения;

- совершение «маятниковых» движений с остановкой;

- при принятии исходного положения руки тестируемого согнуты в локтевых суставах;

- при движении вверх у тестируемого ноги согнуты в коленных суставах;

- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

- **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)**

Испытание выполняется из исходного положения (далее – ИП): упор лежа на полу, руки на ширине плеч выпрямлены в локтевых суставах, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. По команде судьи, сгибая руки, участник должен опустить грудную клетку до уровня не менее 7 см. от пола. Затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 1 сек., продолжить выполнение испытания. Сгибание и разгибание рук выполняется непрерывно.

Засчитывается количество правильно выполненных **(за 30 секунд)** сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи в ИП.

Ошибки:

- касание пола коленями, бедрами, тазом;

- нарушение прямой линии «плечи - туловище – ноги»;

- отсутствие фиксации на 0,5 сек.

Командные результаты в силовых упражнениях определяются по суммарному показателю всех результатов, показанных участниками команды.

8. **Сборка-разборка масса-габаритного макета автомата Калашникова (далее МГМ).**

1) [Отделить магазин](https://de.ifmo.ru/--books/0040/01.htm). Удерживая автомат левой рукой за цевьё, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его. После этого проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.

2) [Отделить шомпол](https://de.ifmo.ru/--books/0040/02.htm). Перевести МГМ в горизонтальное положение прицельными приспособлениями вниз. Резким ударом (или нажатием ладони) ребром ладони под 45 градусов вперёд по шомполу в район между цевьём и местом удержания шомпола выбить его за дульный тормоз компенсатор. Указательным и большим пальцами ухватить за головку шомпола и вынуть его вверх удалив из установочных мест.

3) [Отделить крышку ствольной коробки](https://de.ifmo.ru/--books/0040/04.htm)[.](https://de.ifmo.ru/--books/0040/04.htm) Левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.

4) [Отделить возвратный механизм](https://de.ifmo.ru/--books/0040/05.htm). Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

5) [Отделить затворную раму с затвором](https://de.ifmo.ru/--books/0040/06.htm). Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

6) [Отделить затвор от затворной рамы](https://de.ifmo.ru/--books/0040/07.htm). Взять затворную раму в правую руку затвором кверху; правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

7) [Отделить газовую трубку со ствольной накладкой](https://de.ifmo.ru/--books/0040/08.htm). Поднять флажок в вертикальное положение, указательным и большим пальцами взяться за заднею часть газовой трубки и отделить её от ствольной коробки, положить на стол.

Сборка производится в обратном порядке.

**8. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Команда-победительница соревнований определяется по сумме времени на этапах плюс штрафное время, полученное на каждом этапе;

при одинаковом времени победа присуждается команде победившей в конкурсе по разборки-сборки МГМ.

Оглашение итогов соревнований провести в понедельник 04 апреля 2024 года на общешкольной линейке.

**9. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники-победители за 1-3 место в соревнованиях, награждаются грамотами.

**10. ФИНАНСИРОВАНИЕ**

10.1. Финансирование расходов по организации и проведению соревнований осуществляется за счет средств МБОУ «Горнякская СОШ».

**11. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ**

Место проведения соревнований отвечает требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории РФ по обеспечению общественного порядка и безопасности участников и зрителей. Соревнования не проводятся без медицинского обеспечения.

Приложение 1

**Предварительная заявка**

на участие в военизированных соревнованиях учащихся

«Зарница: тропа испытаний» среди 5-9 классов МБОУ «Гонякская СОШ»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, Имя, Отчество участника команды | Ф.И.О. классного руководителя |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Приложение 2

**Маршрутный лист**

**Команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Название этапов | Результат на этапе | Результат | Штрафные баллы | Итоговый результат |
| Бросок гранаты | \_\_\_шт.+\_\_\_шт.+\_\_\_щт.+\_\_\_шт.+\_\_\_шт.+\_\_\_шт. |  |  |  |
| Болото+ боеприпасы | В зачёт идёт время по последнему участнику |  |  |  |
| РХБЗ | В зачёт идёт время по последнему участнику |  |  |  |
| Челночный бег | В зачёт идёт время по последнему участнику |  |  |  |
| Подтягивание (мал.) и отжимание (дев.) | \_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р. |  |  |  |
| Перенос пострадавшего | В зачёт идёт время по последнему участнику |  |  |  |
| Тир | \_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р.+\_\_\_\_р. |  |  |  |

