

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель Комитета образования
и науки Администрации города Нягани

И.Н. Ерофеева
«_____» _____ 2021 г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАУ МО г. Нягань «Центр
военно-патриотического воспитания и
подготовки граждан к военной службе»

А.Н. Еськов
«_____» _____ 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель Комитета по физической
культуре, спорту, туризму и
молодежной политике Администрации
города Нягани

С. В. Тиунов
«_____» _____ 2021 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении муниципального этапа Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок проведения городской военно-спортивной игры «Зарница» среди обучающихся образовательных организаций г. Нягань (далее – Игра).

1.2. Игра проводится в рамках государственной программы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие образования в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре на 2018 - 2025 годы и на период до 2030 года», утвержденной постановлением Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 09 октября 2013 года № 413-п и направлена на реализацию основных направлений государственной молодежной политики в области развития гражданственности и патриотизма подростков и молодежи.

1.3. Общее руководство подготовкой и проведение Игры осуществляют:

1.3.1. Комитет образования и науки Администрации города Нягани;

1.3.2. Комитет по физической культуре, спорту, туризму и молодежной политике Администрации города Нягани;

1.3.3. Непосредственное проведение Игры возлагается на муниципальное автономное учреждение муниципального образования город Нягань «Центр военно-патриотического воспитания и подготовки граждан к военной службе».

1.4. Партнерами Игры являются:

1.4.1. Центр тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» при Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования муниципального образования город Нягань «Центр «Патриот»;

1.4.2. Военный комиссариат города Нягани и Октябрьского района Ханты-Мансийского автономного округа – Югры (по согласованию);

1.4.3. Общественные и ветеранские организации муниципального образования города Нягань (по согласованию).

1.5. Проведение Игры осуществляется в соответствии с правилами и условиями проведения Игры (Приложение 2, Приложение 3).

1.6. Цели и задачи:

1.6.1. Муниципальный этап военно-спортивной игры «Зарница» является комплексом просветительно-соревновательных мероприятий по патриотическому воспитанию, физической культуре и основам безопасности жизнедеятельности для обучающихся общеобразовательных организаций, участников военно-патриотических клубов и детско-юношеских объединений.

1.6.2. Целью проведения Игры является совершенствование системы патриотического воспитания, обеспечивающей формирование у молодых граждан

Российской Федерации прочных основ патриотического сознания, здорового образа жизни, чувства верности долгу по защите своего Отечества, а также содействие становлению активной гражданской позиции, понимания силы и устойчивости России

2. Управление Игрой

2.1. Руководство подготовкой и проведением Игры осуществляет организационный комитет.

2.2. В состав организационного комитета Игры входят представители организаторов Игры, военного комиссариата (по согласованию), а также представители общественных и ветеранских организаций города Нягани (по согласованию).

2.3. Непосредственное управление Игрой, включая решение спорных вопросов, осуществляет Муниципальное автономное учреждение муниципального образования город Нягань «Центр военно-патриотического воспитания и подготовки граждан к военной службе» и главный судья Игры.

3. Место и дата проведения

Игра проводится:

- 07 мая 2021 года на базе МАУ МО г. Нягань «Центр подготовки к военной службе», МАОУ МО г. Нягань «ОСШ № 3», МАОУ МО г. Нягань «Гимназия» (стадион);
- 08 мая 2021 года на базе МАОУ МО г. Нягань «Гимназия» (стадион).

4. Участники

4.1. В Игре принимают участие команды образовательных организаций г. Нягани и иных учреждений города, имеющих лицензию на ведение образовательной деятельности. Состав команды: 7 человек, из них, не менее двух девочек, в возрасте от 11 до 13 лет (до исполнения 14-ти лет на дату проведения окружного финала 15-18 сентября 2021 года), руководитель команды.

4.2. Заседание судейской коллегии состоится в МАУ МО г. Нягань «Центр военно-патриотического воспитания и подготовки граждан к военной службе» 05 мая 2021 года в 17.00 часов.

4.3. Предварительная заявка направляется не позднее заседания судейской коллегии на электронную почту: afgan64468@mail.ru или подается на заседании судейской коллегии (Приложение 1).

4.4. Комиссия по допуску начинает работу в день начала Игры в 07 часов 45 минут. В комиссию по допуску подаются следующие документы: копия документа, удостоверяющего личность (свидетельство о рождении), заявка на участие в Игре (приложение 1), подписанная руководителем образовательной организации и заверенная медицинским работником образовательной организации.

5. Материальное обеспечение и экипировка

Материальное обеспечение и экипировка команды осуществляется за счет командирующей стороны.

Форма одежды:

- парадная форма, единая для всей команды (военизированная, юнармейская) для конкурсов:

- Строевой смотр;
- Стрельба из пневматической винтовки;
- Разборка-сборка ММГ автомата Калашникова и снаряжения магазина патронами;
- Викторина «Ратные страницы истории Отечества».
- спортивная форма для выполнения норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

Командное снаряжение: пневматическая винтовка – 4 штуки.

6. Программа Игры, время и место проведения

Игра включает в себя следующие этапы и конкурсы:

- Этап № 1: «Строевой смотр» (командный зачет);

- Этап № 2: «Разборка-сборка ММГ автомата Калашникова и снаряжение магазина патронами» (лично-командный зачет);
- Этап № 3: «Викторина: «Ратные страницы истории Отечества» (командный зачет);
- Этап № 4: «Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» (командный зачет):

- Стрельба из пневматической винтовки (испытание на выбор);
- Бег, 2000 м. (обязательное испытание);
- Бег, 60 м. (обязательное испытание);
- Метание мяча 150 г. (испытание на выбор);
- Подтягивание из виса на высокой перекладине (обязательное испытание) для мальчиков;
- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (обязательное испытание) для девочек;
- Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (обязательное испытание);
- Поднимание туловища из положения лежа на спине (испытание на выбор);
- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (испытание на выбор);
- Челночный бег, 3 x 10 м. (испытание на выбор).

Организаторы оставляют за собой право вносить изменения и дополнения в программу Игр, время и место проведения.

Этапы	Место проведения	Дата	Время
Начало работы комиссии по допуску	МАУ МО г. Нягань «Центр подготовки к военной службе»	07.05.2021	07.45
1 день			
Этап № 4: «Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»: • Стрельба из пневматической винтовки	МАУ МО г. Нягань «Центр подготовки к военной службе»	07.05.2021	08.00-11.30
Этап № 2: «Разборка-сборка ММГ автомата Калашникова и снаряжение магазина патронами»	МАУ МО г. Нягань «Центр подготовки к военной службе»	07.05.2021	08.00-11.30
Этап № 3: «Викторина: «Ратные страницы истории Отечества»	МАУ МО г. Нягань «Центр подготовки к военной службе»	07.05.2021	08.00-11.30
Этап № 1: «Строевой смотр»	МАОУ МО г. Нягань «ОСШ № 3»	07.05.2021	10.00-12.20
Этап № 4: «Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»: • Бег, 2000 м.	МАОУ МО г. Нягань «Гимназия» (стадион)	07.05.2021	15.00-16.00
2 день			
Этап № 4: «Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»: • Бег, 60 м.; • Метание мяча 150 г.; • Подтягивание из виса на высокой перекладине для мальчиков; • Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. для девочек; • Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; • Поднимание туловища из положения лежа на спине; • Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; • Челночный бег, 3 x 10 м.	МАОУ МО г. Нягань «Гимназия» (стадион)	08.05.2021	11.00-13.00

7. Финансирование

Расходы, связанные с участием команд в Игре, несут командирующие организации. Расходы, связанные с организацией и проведением Игры, награждением, несет Муниципальное автономное учреждение муниципального образования город Нягань «Центр военно-патриотического воспитания и подготовки граждан к военной службе».

8. Определение результатов

Результат и место участника на этапах Игры определяется в соответствии с условиями прохождения этапов.

Результат и место команды, на этапах Игры, определяется в соответствии с условиями прохождения этапов.

Результат команды в командном зачете определяется суммой мест, полученных командой на этапах Игры. Лучшее место присуждается команде, имеющей наименьший результат. В случае равенства результатов, лучшее место присуждается команде, набравшей большее количество 1-х мест, в случае их равенства - 2-х, 3-х мест и т.д. в этапах Игры. В случае равенства результатов, лучшее место присуждается команде, имеющей лучший результат на приоритетном этапе: «Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

9. Награждение

В личном зачете, по итогам Этапа № 2: «Разборка-сборка ММГ автомата Калашникова и снаряжение магазина патронами», где предусмотрен лично-командный зачет, участники, занявшие 1, 2, 3 места награждаются дипломами.

В личном зачете, по итогам Этапа № 2: «Разборка-сборка ММГ автомата Калашникова и снаряжение магазина патронами», где предусмотрен лично-командный зачет, участники – девочки, занявшие 1, 2, 3 места награждаются дипломами.

В командном зачете, команда – победитель и команды – призеры на каждом этапе Игры, награждаются дипломами.

Команда – победитель и команды – призеры по итогам Игры награждаются плакетками, а все участники данных команд награждаются медалями и дипломами.

Команда – победитель получает право представлять муниципальное образование город Нягань на региональном этапе Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница» Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

В Главную судейскую коллегию муниципального этапа
Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница»

Заявка

на участие команды: _____
в муниципальном этапе Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница»

№ п/п	Ф.И.О.	Отметка о регистрации для участия в движении Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «ГТО» (УИН)	Дата рождения	Допуск врача	Подпись участника (ознакомлен с правилами поведения)
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

К игре допущено _____ человек.

М.П.

Врач: _____
(фамилия, имя, отчество) (подпись)

С условиями проведения игры ознакомлен. Все участники прошли надлежащую подготовку и готовы к данной Игре. В случае схода участников с дистанции этапов обязуюсь известить судейскую коллегию.

Руководитель команды: _____ «__» _____ 2021 г.
(фамилия, имя, отчество) (подпись)

Ответственность за соблюдение мер техники безопасности, жизнь и здоровье участников команды несёт руководитель команды _____

Руководитель организации, отправляющей команду:

_____ (подпись)
(фамилия, имя, отчество)

М.П.

«__» _____ 2021 г.

Правила проведения муниципального этапа Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница»

I. Права и обязанности участников Игры

1. Участник обязан:

- соблюдать морально-этические нормы поведения спортсмена, быть дисциплинированным и вежливым;
- выполнять настоящее Положение о данной Игре (незнание этих документов не освобождает участников от ответственности за допущенные нарушения), правила техники безопасности для отдельных этапов игры;
- быть подготовленным к Игре, знать расписание стартов и своевременно являться на старт;
- соблюдать меры безопасности, оказывать помощь участникам, получившим на трассе травму или попавшим в опасное положение;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию на дистанции, к снаряжению, выданному организацией, проводящей Игру, а также ко всему имуществу, находящемуся на базе – территории проведения Игры;
- знать и выполнять правила охраны природы.

2. Участнику запрещается:

- выходить на трассу этапов Игры без разрешения судейской коллегии;
- применять снаряжение и средства передвижения, не предусмотренные настоящим Положением о проведении данной Игры;
- вмешиваться в работу судейской коллегии.

За указанные нарушения, судейская коллегия имеет право наказать как отдельного участника, так и всю команду.

3. Команды, участники могут быть сняты с этапов Игры или самой Игры:

- за нарушения настоящего Положения о проведении Игры;
- за невыполнение требований судей по обеспечению мер безопасности;
- за использование посторонней помощи (кроме медицинской), в том числе за вмешательство в действия команды ее представителя;
- за действия, которые помешали участникам другой команды во время их выступления;
- за явную техническую неподготовленность к Игре;
- за несвоевременную явку на старт по неуважительным причинам;
- за нарушения правил охраны природы;
- при получении участником травмы, требующей оказания серьезной медицинской помощи (по решению врача игры или службы безопасности);
- за нарушения морально-этических норм поведения участника;
- за неисправное или плохого качества личное (командное) снаряжение, не обеспечивающее безопасность;
- за превышение контрольного времени;
- за невыполнение задания этапа, нарушение порядка прохождения этапов.

Снятие команд (участников) с этапов Игры или самой Игры, или их временное отстранение от выступлений (с фиксацией задержки в протоколе) осуществляется только главным судьей или судьями, уполномоченными на это главным судьей Игры. Их решение подлежит утверждению Главной судейской коллегией Игры.

4. Команды (участники), сошедшие с дистанции этапа, должны сообщить об этом старшему судье на финише лично или через представителей команды, а в случае, если это невозможно, судье на дистанции.

II. Протесты

1. Представитель, руководитель имеет право подать главному секретарю Игры протест в письменном виде на решение судей, если они противоречат настоящему Положению об Игре и Условиям, с обязательным указанием пунктов, которые протестующий считает нарушенными.

2. Протесты о нарушении Положения в части подготовки или организации Игры подаются не позднее, чем за 1 час до начала соревнований по данному виду (дистанции).

3. Протесты на действия участников, судей, обслуживающего персонала, повлекшие нарушения Условий Игры или Положения и влияющие на результат команды-заявителя, подаются не позднее 30 минут после финиша заявителя (команды).

Протесты, касающиеся результатов выступления (обсчет результатов) подаются не позднее 30 минут после опубликования предварительных результатов команды в данном этапе Игры.

4. Решения судейской коллегии, связанные с вопросами безопасности, включая отмену этапов Игры или перерыв в их проведении, не могут служить поводом для протестов.

5. Протест должен быть рассмотрен Главной судейской коллегией до утверждения технических результатов игры, но не позднее чем через 24 часа с момента подачи протеста. Окончательное решение по протестам принимает главный судья Игры.

6. Если поданный протест невозможно рассмотреть до окончания Игры, судейская коллегия может допустить участников (команду) к дальнейшему участию в Игре условно «под протестом». Результаты выступления утверждаются после решения вопроса о протесте.

7. Судейская коллегия заслушивает по протесту обе стороны, но при неявке одной из них решение может быть принято в ее отсутствие.

8. Решение по протесту должно быть оформлено протоколом и сообщено заявителю.

9. За необоснованный протест и некорректное поведение на подававшего может быть наложено взыскание.

Ответственность за прохождение инструктажа по всем этапам Игры возлагается на Главную судью военно-спортивной игры. Ответственность за соблюдение мер безопасности участниками Игры в пути и во время проведения этапов Игры возлагается на представителей команд.

III. Представитель, руководитель или помощник, капитан команды

1. Организация, направляющая команду для участия в Игре, назначает своего представителя, который является посредником между командой и судейской коллегией. Представитель и его помощник указываются в утвержденной заявке отправляющей организации. Обязанности представителя в его отсутствие может выполнять его помощник.

Капитан (командир отделения) выбирается из числа участников, включенных в заявку.

2. Представитель команды отвечает за дисциплину курсантов, обеспечивает их своевременную явку на этапы Игры.

3. Представитель (помощник) команды имеет право:

- получать сведения о ходе и результатах Игры в судейской коллегии;
- при необходимости подавать протесты и заявления в письменном виде.

4. Представитель (помощник) команды обязан:

- знать и выполнять настоящее Положение данной Игры;
- осуществлять педагогическое руководство группой;
- присутствовать на заседаниях судейской коллегии, проводимых совместно с представителями, и доводить до участников все полученные там сведения;
- выполнять все требования оргкомитета (штаба) и судейской коллегии, соблюдать ~~всех требований и указаний~~ этикет;
- обеспечивать своевременную явку участников на старт или в судейскую коллегия;
- подавать заявки или перезаявки, в случае необходимости;

- находиться в период проведения Игры в отведенном для представителя месте;
- не покидать место проведения Игры, не убедившись, что все участники команды благополучно закончили соревнования на этапах;
- сообщать старшему судье на финише об участниках, сошедших или не вернувшихся по истечении контрольного времени;
- по окончании соревнований сообщить главному судье о возвращении всех участников команды с дистанции;
- под руководством начальника дистанции принять участие в поисках, не вернувшихся с дистанции участников.

5. Представителю (помощнику) команды запрещается:

- вмешиваться в работу судейской коллегии;
- давать указания участникам после их старта;
- находиться на дистанции во время этапов Игры без разрешения судейской коллегии.

6. В случае нарушения данных требований по решению Главной судейской коллегии представитель (помощник) может быть лишен права представительства, при этом выполнение его обязанностей возлагается на заместителя представителя команды.

IV. Комиссия по допуску

Комиссия по допуску создается по решению организаторов проведения Игры, согласно Положению о соревнованиях.

Мандатная комиссия по допуску участников Игры следит за правильностью подачи заявок, проверяет правильность их оформления, принадлежность команды к заявленной организации, даты рождения и прочие данные в соответствии с требованиями Положения.

Мандатная комиссия возглавляется представителем организаторов проведения Игры, в состав которой также входят:

- главный секретарь Игры;
- заместитель главного судьи по медико-санитарному обеспечению.

Председатель комиссии по допуску, перед совещанием с главной судейской коллегией и представителями команд, сдает отчет о проделанной работе главному судье и докладывает на совещании.

К участию в Игре допускаются лица, прошедшие предварительную подготовку и имеющие разрешение врача.

Именная заявка на участие в Игре установленного образца представляется в соответствии с Положением и Правилами проведения Игры.

Условия проведения муниципального этапа Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница»

Этап: Строевой смотр:

Участвует команда в полном составе (7 человек). Форма одежды – парадная по сезону.

Во время соревнований участники должны под командованием капитана команды, выполнить элементы строевой подготовки.

Этап проводится по программе, включающей элементы строевой подготовки, согласно строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации:

Строевые приемы и движение без оружия: выполнение команд: строевая стойка, повороты на месте, движение строевым шагом, повороты в движении, выход из строя и подход к начальнику, возвращение в строй, выполнение воинского приветствия на месте.

1. Выход отделения, рапорт командира отделения председателю жюри и ответ на приветствие.

2. Внешний вид отделения (форма одежды, наличие шевронов, аккуратность причёски).

3. Выполнение команд «становись», «равняйся», «смирно», «вольно».

4. Повороты на месте.

5. Размыкание отделения от середины и смыкание к середине.

6. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно не менее двух раз.

7. Повороты отделения в движении направо, налево, кругом при движении в колонну

по двое.

8. Отдание воинского приветствия отделением в движении.

9. Прохождение с песней.

10. Одиночная подготовка командира отделения и одного кадета по выбору командира.

Оценка одиночной подготовки включает:

- выход из строя, подход к начальнику и доклад;
- повороты на месте, в движении;
- отдавание воинского приветствия начальнику в движении;
- постановка в строй;
- строевой шаг.

11. Дисциплина строя.

12. Строевой шаг отделения (согласно п. 31, 32 Строевого устава ВС РФ).

13. Действия командира.

Этап оценивается по 10-ти бальной системе за каждый элемент программы. Победитель определяется по наибольшему количеству баллов, набранных командой.

Судья оценивает действия командира отделения, внешний вид, дисциплину строя. Действия командиров отделений оценивается по правильности и чёткости подачи команд.

Выявляется лучший командир отделения.

При пропуске какого-либо элемента программы команде выставляется за этот элемент «0» баллов.

Этап: Соревнования по разборке-сборке автомата и снаряжению магазина:

Разборка-сборка ММГ автомата Калашникова на время:

Участвует команда в полном составе (7 человек). Каждый участник по очереди разбирает и собирает учебный автомат на время. Полученные результаты суммируются. Места распределяются по наименьшей сумме затраченного времени.

Порядок разборки: отделить «магазин»; проверить, нет ли патрона в патроннике (снять автомат с предохранителя, отвести рукоятку затворной рамы назад, отпустить рукоятку, спустить курок с боевого взвода при положении автомата под углом 45-60 градусов от поверхности стола); вынуть пенал с принадлежностями, 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 в положении автомата под углом 45-60 градусов от поверхности стола и поставить автомат на предохранитель).

Каждому участнику фиксируется время разборки и сборки автомата, полученные результаты суммируются.

Снаряжение магазина патронами на время:

Участвует команда в полном составе (7 человек). Каждый участник по очереди снаряжает магазин АК-74 30-ю учебными патронами (на время). Полученные результаты суммируются. Места распределяются по наименьшей сумме затраченного времени.

Итоги в виде «Разборка и сборка автомата на время» и в виде «Снаряжение магазина» определяются по наименьшей сумме затраченного времени за два конкурса и идут в командный зачет как один вид.

Этап: «Готов к труду и обороне»:

Соревнования проводятся с целью, выполнения участниками испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее ВФСК «ГТО», «ГТО»), в соответствии с данным Положением. Далее в таблицах указан возраст, соответствующий нормативам для школьников ВФСК «ГТО».

Соревнования состоят из испытаний (тестов) III-IV ступени комплекса ВФСК «ГТО».

Участвует команда в полном составе (7 человек).

Испытание «Стрельба из пневматической винтовки»:

Выполняется из положения сидя с опорой локтей о стол и с упором для винтовки (для III ступени, возрастная группа от 11 -12 лет).

Выполняется из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку (для IV ступени, возрастная группа от 13 -15 лет).

Выполняется из пневматической винтовки с открытым прицелом.

Выполняется участниками на дистанции 10 метров по мишени №8. Участнику дается три пробных и пять зачетных выстрелов. Время выполнения испытания – 10 минут.

Время на подготовку – 3 минуты.

Требования к пневматической винтовке с открытым прицелом.

В качестве оружия могут применяться пневматические винтовки с прицельным приспособлением открытого типа (прицельная планка, пеньковая мушка), с дульной энергией до 7,5 Дж, весом до 4 кг.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник вышел на огневой рубеж без команды судьи;
- участник зарядил оружие без команды судьи;
- участник произвел выстрел без команды судьи;
- участник произвел выстрелы не в свою мишень.

Участники, допустившие нарушение правил безопасности, к дальнейшей стрельбе не допускаются.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы «Стрельба из пневматической винтовки»							
	Мальчики				Девочки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III. степень (возрастная группа от 11 - 12 лет)	менее 10	10	15	20	менее 10	10	15	20
IV. степень (возрастная группа от 13 - 15 лет)	менее 15	15	20	25	менее 15	15	20	25

Сумма баллов, набранных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Бег, 60 метров»:

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твёрдым покрытием. Дорожки размечаются белой краской, ширина линий разметки 5 см, ширина дорожек $1,22 \pm 0,1$ м.

Уклон дорожки в направлении бега не должен превышать 1:1000. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

Бег на 60 метров выполняется с низкого или высокого старта.

Участники стартуют по 2-4 человека.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник не готов к старту через 2 минуты после вызова стартера;

- участник во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому тестируемому;

- старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы Бег, 60 метров (с.)							
	Мальчики				Девочки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III степень (возрастная группа от 11 до 12 лет)	более 10,9	10,9	10,4	9,5	более 11,3	11,3	10,9	10,1
IV степень (возрастная группа от 13 до 15 лет)	более 9,6	9,6	9,2	8,2	более 10,6	10,6	10,4	9,6

Сумма баллов, набранных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Челночный бег, 3 x 10 м.»:

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.

По команде «Марш» обучаемый должен пробежать 10 метров, коснуться площадки за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом, пробежать, таким образом, еще

два отрезка по 10 метров. Рекомендуется осуществлять тестирование в соревновательной борьбе, стартуют минимум по два человека.

Техника выполнения испытания.

По команде «На старт» тестируемый становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено).

По команде «Внимание!», слегка сгибая обе ноги, тестируемый наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела напереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о землю.

По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) тестируемый бежит до финишной линии, пересекает ее касаясь любой частью тела, возвращается к линии старта, пересекает ее любой частью тела и преодолевает последний отрезок финишируя.

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

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник начал выполнение испытания до команды судьи «Марш!» (фальстарт);

- во время бега участник помешал рядом бегущему;

- участник не пересек линию во время разворота любой частью тела.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы «Челночный бег, 3 x 10 м. (с.)»							
	Мальчики				Девочки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III. ступень (возрастная группа от 11 - 12 лет)	более 9,0	9,0	8,7	7,9	более 9,4	9,4	9,1	8,2
IV. ступень (возрастная группа от 13 - 15 лет)	более 8,1	8,1	7,8	7,2	более 9,0	9,0	8,8	8,0

Сумма баллов, набранных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Бег, 2000 метров»:

Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Испытание выполняется из положения высокого старта. Группа участников выстраивается за 3 метра до стартовой линии. Помощник стартера называет участника, тот называет свой номер.

По команде «На старт!» участники занимают свои места перед линией старта. После выстрела стартера из пистолета или команды «Марш!» они начинают бег.

При беге участникам запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции.

Результат фиксируется хронометром в минутах и секундах с точностью до 0,1 секунды.

Предпочтительно трасса должна иметь кольцевую форму с кругами по 500 метров, что позволит видеть всех участников и вовремя оказать медицинскую помощь. Максимальное количество участников в одном забеге на дистанцию 1 000 – 2 000 метров составляет не более 15 человек.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы «Бег, 2000 метров»							
	Мальчики (2000 метров)				Девочки (2000 метров)			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет)	более 11.10	11.10	10.20	9.20	более 13.00	13.00	12.10	10.40
Степень (возрастная группа)	Нормативы «Бег, 2000 метров»							
	Мальчики (2000 метров)				Девочки (2000 метров)			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет)	более 10.00	10.00	9.40	8.10	более 12.11	12.11	11.40	10.00

Сумма баллов, набранных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

В беговых видах в каждом забеге для всех участников разрешен только один фальстарт без дисквалификации участника, его совершившего. Любой участник, совершивший дальнейшие фальстарты, дисквалифицируется.

Испытание «Подтягивание из виса на высокой перекладине» для мальчиков:

Упражнение выполняется в спортивном зале или на открытых площадках. Под перекладиной для обеспечения безопасности участников должен находиться мат.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, 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 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 с. 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.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Испытание «Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см» для девочек:

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, руки на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы вместе, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см. Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, возвращается в исходное положение, зафиксировав его на 1 секунду и продолжает выполнение испытания. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.

Ошибки:

- подтягивание с рывками или с прогибанием туловища;
- подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- отсутствие фиксации менее 1 с. исходного положения;
- поочередное сгибание рук.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы							
	Мальчики «Подтягивание из виса на высокой перекладине»				Девочки «Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см»			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III. ступень (возрастная группа от 11 - 12 лет)	менее 3	3	4	7	менее 9	9	11	17
IV. ступень (возрастная группа от 13 - 15 лет)	менее 6	6	8	12	менее 10	10	12	18

Сумма баллов, набранная всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье»:

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, 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.
- Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье»							
	Мальчики				Девочки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет)	Упражнение не выполнено или выполнено с согнутыми коленями	+3	+5	+9	Упражнение не выполнено или выполнено с согнутыми коленями	+4	+6	+13
IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет)	Упражнение не выполнено или выполнено с согнутыми коленями	+4	+6	+11	Упражнение не выполнено или выполнено с согнутыми коленями	+5	+8	+15

Сумма баллов, полученных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Поднимание туловища из положения лежа на спине»:

Упражнение выполняется из исходного положения: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий (за 1 мин.), касаясь локтями бедер (коленей) с лицевой стороны, с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Для выполнения тестирования создаются пары, один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей) или касание бедер (коленей) сбоку;
- отсутствие касания лопатками мата;
- пальцы разомкнуты «из замка»;
- смещение таза.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы «Поднимание туловища из положения лежа на спине»							
	Мальчики				Девочки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III. ступень (возрастная группа от 11 - 12 лет)	менее 32	32	36	46	менее 28	28	30	40
IV. ступень (возрастная группа от 13 - 15 лет)	менее 35	35	39	49	менее 31	31	34	43

Сумма баллов, полученных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Метание мяча весом 150 г. (м)»:

Участники II-IV ступеней комплекса выполняют метание мяча весом 150 грамм на стадионе или любой ровной площадке в сектор для метания копья или коридор шириной 10 метров. Длина сектора (коридора) устанавливается в зависимости от уровня подготовленности участников.

Метание выполняется с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо». На подготовку и выполнение попытки в метании дается 1 минута.

После выполнения попытки судья, при отсутствии нарушения, подает команду – сигнал «Есть!» и поднимает белый флаг или, при нарушении правил, – сигнал «Нет!» и поднимает красный флаг.

Участник выполняет три попытки. Результаты всех удачных попыток измеряются и записываются в протокол тестирования установленной формы. Неудачные попытки измерению не подлежат. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления мяча.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- касание любой частью тела линий разметки (линия метания, боковые линии дорожки, ограничивающих зону разбега) или земли за зоной разбега;

- мяч не попал в сектор;

- попытка выполнена без команды судьи;

- просрочено время, выделенное на попытку.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Ступень (возрастная группа)	Нормативы «Метание мяча весом 150 г. (м)»							
	Мальчики				Девочки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III. ступень (возрастная группа от 11 - 12 лет)	менее 24	24	26	33	менее 16	16	18	22
IV. ступень (возрастная группа от 13 - 15 лет)	менее 30	30	34	40	менее 19	19	21	27

Сумма баллов, полученных всеми участниками команды, является итоговым результатом команды.

Испытание «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»:

Прыжок в длину с места следует выполнять в специальном секторе для прыжков.

Место отталкивания должно быть ровное и иметь надежное сцепление с обувью. Испытуемый принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно друг другу, носки перед линией измерения. Одновременно оттолкнитесь обоями ногами и постарайтесь прыгнуть как можно дальше. Разрешается сделать взмах руками. Фиксация дальности прыжка производится по прямой, от линии отталкивания до ближнего следа приземления, оставленного любой частью тела. Тестируемому даётся три попытки. В зачет идет самая лучшая из трех.

Запрещено:

- заступать за линию измерения или касаться её;

- осуществлять прыжок с предварительного разбега;

- отталкиваться ногами по очереди.

Количество баллов участника определяется по таблице.

	Нормативы «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла