

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_ С.В. Евсеев  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Министерство образования Омской области

бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области  
«ОМСКИЙ АВТОТРАНСПОРТНЫЙ КОЛЛЕДЖ»  
( Б П О У « О м с к и й А Т К » )

### Положение

о проведении военно-спортивных соревнований,  
посвящённых Дню защитника Отечества среди студентов  
БПОУ «Омский АТК»

Омск - 2023

## **I. Цели и задачи**

Военно-спортивные соревнования проводятся с целью привлечения студентов к активным занятиям физической культурой, выявления сильнейших спортсменов для формирования сборных команд БПОУ «Омский АТК» и подготовке к службе в Вооружённых силах РФ.

## **II. Руководство соревнованиями**

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований возлагается на руководителя физического воспитания Русанова Н.Д.

Непосредственное проведение возлагается на:

- главного судью соревнований Русанова Н.Д
- судей соревнований Шрейдер В.М., Денищенко А.В., Улемаева В.Х., Курлова Г.Е.Ахметова Ж.Т. Гапонюк Д.И. Земляных П.В.

## **III. Участники соревнований**

К участию в соревнованиях допускаются команды юношей, имеющих единую спортивную форму и допуск врача (основная группа). Состав команды – 6 человек.

Для представления команды необходимо подготовить визитную карточку (название и девиз).

## **IV. Программа соревнований**

Соревнования проводятся по разделам «Общая физическая подготовка» и «Основы военной службы», программ учебных дисциплин «Физическая культура» и «ОБЖ» по видам:

- подтягивание на перекладине; +
- прыжок в длину с места; +
- разборка, сборка автомата; +
- толчок гири (12кг); +
- поднимание туловища из положения лежа на спине; +
- стрельба из пневматической винтовки; +
- перетягивание каната. +

## **V. Условия проведения соревнований**

Каждый участник команды может участвовать только в одном виде состязаний.

1. Подтягивание (1 человек)

Упражнение выполняется на высокой перекладине из полного провиса, без раскачивания.

Подтягивание осуществляется до подбородка на максимально возможное количество раз.

2. Прыжок в длину с места (1 человек)

На выполнение даётся 2 попытки. В зачёт идёт лучшая попытка.

3. Разборка, сборка автомата (1 человек)

Упражнение выполняется на время.

4. Толчок гири (12кг) (1 человек)

Толчок гири выполняется одной рукой на максимально возможное количество раз. Время выполнения 2 мин.

5. Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 человек)  
Выполняется из положения лежа, на гимнастическом мате, руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ног согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 30 секунд, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.
6. Стрельба из пневматической винтовки (1 человек)  
Выполняется на дистанции 10 метров по мишени №8. Участнику дается три пробных и пять зачетных выстрелов.
7. Перетягивание каната (6 человек)

#### **VI. Определение и награждение победителей**

Участники соревнований, занявшие 1,2, и 3 места в каждом виде награждаются грамотами. Команда занимает 1 место набравшая большее количество баллов в видах соревнований:

- 1 место – 10 баллов
- 2 место – 9 баллов
- 3 место – 8 баллов
- 4 место – 7 баллов
- 5 место – 6 баллов

В случае равного количества баллов выигрывает команда, показавшая лучший результат в состязании по перетягиванию каната.

#### **VII. Время и место проведения соревнований**

Соревнования состоятся 22 февраля 2023 г. в 14.00 часов в спортивном зале БПОУ «Омский АТК».

#### **VIII. Заявки**

Заявки на участие в соревнованиях подаются капитанами команд до 21 февраля 2023 г. в кабинет физического воспитания №315. Форма заявки (прилагается).

#### **IX Ответственные**

Формирование, контроль и явку команд на соревнования осуществляют заведующие отделениями №1, №2, №3 и воспитатели общежитий.  
Подготовка команд возлагается на преподавателей ЦМК «Физическая культура, ОБЖ, БЖД».

Отделение №1 - Русанов Н. Д.

Отделение №2 - Гапонюк Д. И.

Отделение №3 - Шрейдер В. М.

Общежития — Ахметов Ж.Т. Курлов Г.Е.

Заместитель директора

 Т. В. Макарова

«15» февраля 2023 г.

Руководитель физ. воспитания  Н. Д. Русанов

## Заявка

на участие в военно-спортивном соревновании,  
посвящённом Дню защитника Отечества среди студентов  
БПОУ «Омский АТК»  
— февраля 2023 г.

№ п/п	Ф.И.О.	№ группы	Мед.группа
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Фельдшер \_\_\_\_\_

Зав.отделением \_\_\_\_\_

Капитан команды \_\_\_\_\_