

**УТВЕРЖДАЮ**

**Председатель регионального отделения  
ДОСААФ России Белгородской области**



**А.И. Ахтырский**

« 04 » 2019 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Глава администрации Чернянского  
района Белгородской области**



**Т.П. Круглякова**

« » 2019 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Начальник управления общего,  
дошкольного и дополнительного  
образования Белгородской области**



**М.Л. Назаренко**

« » 2019 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Заместитель начальника департамента  
внутренней и кадровой политики  
области – начальник управления  
молодежной политики  
Белгородской области**



**В.В. Ивашев**

« » 2019 г.

## **Положение о проведении Регионального этапа детско-юношеской военно-спортивной игры «Зарница»**

### **1. Общие положения**

1.1. Региональный этап Всероссийской военно-спортивной игры «Зарница» (далее – региональный этап) является мероприятием по патриотическому воспитанию, физической культуре и основам безопасности жизнедеятельности.

1.2. Организаторами Игры являются:

- региональное отделение ДОСААФ России Белгородской области;
- управление молодежной политики Белгородской области;
- департамент образования Белгородской области;
- администрация Чернянского района Белгородской области.

1.3. Организаторы осуществляют следующие функции:

- координацию и контроль за организацией и проведением Игры;
- утверждение состава участников Игры;
- утверждение состава судейской коллегии Игры;
- обеспечение медицинского сопровождения Игры (администрация Чернянского района);
- решение иных организационных вопросов, связанных с проведением Игры.

## 2. Цели и задачи Игры

2.1. Цель: совершенствование системы патриотического воспитания, обеспечивающей формирование у молодых граждан Российской Федерации патриотического сознания, чувства верности долгу, к защите своего Отечества, активной гражданской позиции, здорового образа жизни, а также развитие военно-патриотического движения и системы военно-спортивных игр в Российской Федерации.

2.2. Задачи:

- изучение детьми и молодежью истории Отечества, истории Вооруженных сил Российской Федерации;
- популяризация среди детей и молодежи профессий Вооруженных Сил Российской Федерации;
- подготовка молодежи к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- развитие у подрастающего поколения инициативы и лидерских качеств, самостоятельности мышления;
- психологическая подготовка подрастающего поколения к преодолению трудностей, выработка навыков и способности действовать в экстремальных ситуациях;
- популяризация здорового образа жизни;
- методическая подготовка организаторов и инструкторов по патриотическому воспитанию в Белгородской области.

## 3. Порядок проведения Игры

3.1. **I этап: до 14 мая текущего года** – проведение муниципальных этапов на территориях муниципальных образований области для определения победителя и направления его на II-й этап соревнований (основу команды должны составлять участники соревнований прошедших на территории Яковлеского городского округа в октябре 2018 года).

3.2. **II этап: 18 мая текущего года** – проведение регионального этапа, с целью определения команды победительницы и участия этой команды в финале Всероссийской Игры.

3.3. Место проведения II этапа – Белгородская область, Чернянский район, п. Красный остров, Лыже-роллерная трасса. Регистрация участников с 9.00 ч. до 9.45 ч. Церемония открытия мероприятия - 10.00 ч. (будет проведено 3 вида соревнований «Рукопашный бой», «Готов к труду и обороне» и «Туристская полоса»).

#### 4. Участники Игры

4.1. К участию в II этапе допускаются команды образовательных организаций муниципальных образований области, а также военно-спортивных и военно-патриотических клубов, ставшие победителями I-этапа.

4.2. Состав команды – 7 человек (не менее 2 девушек) в возрасте 11-13 лет, которым на момент начала Игры не исполнится 14 лет. Командир команды – юноша или девушка из состава команды.

4.3. К Игре допускаются участники, не имеющие медицинских противопоказаний для участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

4.4. Участники команды обязаны:

- соблюдать настоящее Положение, требования Штаба Игры и судейской коллегии Игры;

- соблюдать требования безопасности во время участия в физкультурных и спортивных мероприятиях, учебно-тренировочных занятиях и при нахождении на объектах Игры;

- соблюдать этические нормы поведения и общения как внутри команды, так и с членами других команд Игры, членами Штаба и судейской коллегии;

- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;

- в случае плохого самочувствия своевременно обращаться в медицинский пункт Игры;

- соблюдать форму одежды, указанную в настоящем Положении;

- соблюдать программу проведения Игры.

Несоблюдение пунктов 4.3. и 4.4. является грубым нарушением правил Игры и может повлечь за собой отстранение участника с сообщением родителям (лицам их замещающих). Штабом Игры может быть принято решение об отстранении участника от дальнейшего прохождения этапов Игры. О происшествии информируется руководитель команды.

4.5. Команду сопровождает руководитель команды – руководитель клуба, педагог или представитель образовательного учреждения, согласно приказу направляющей организации.

4.6. Руководитель команды несет ответственность за:

- направление заявки в адрес организаторов в срок до 15 мая 2019 года на адрес электронной почты o-dnp@mail.ru;

- формирование команды;

- подготовку пакета заявочной документации в соответствии с требованиями данного Положения и за её достоверность;

- наличие необходимого снаряжения;

- соблюдение дисциплины, санитарных норм и техники безопасности всеми членами команды.

4.7. Руководитель команды имеет право получать справки в Штабе Игры и в судейской коллегии Игры по всем вопросам, связанным с организацией и проведением Игры.

4.8. Руководитель не вправе:

- вмешиваться в работу судей;
- создавать помехи деятельности судейских бригад.

4.9. Участники команд должны прибывать на место проведения Игры в соответствующей форме одежды (включая головной убор) с эмблемой (нашивкой), свидетельствующей о принадлежности к команде (иметь с собой два комплекта формы парадную и полевую).

## 5. Описание обязательных видов соревнований для включения в программу этапа Игры

### 5.1. «Рукопашный бой»

Принимают участие вся команда.

Показательное выступление: демонстрация ударных и бросковых приемов, освобождение от захватов, работа с оружием. Выступление должно сопровождаться музыкальной композицией на русском языке. Продолжительность до 3 минут.

Критерии оценки:

№ п/п	Наименование	Приемы выполнены четко, с должной амплитудой, выполнены элементы самостраховки, добивания. Музыкальное сопровождение соответствует требованиям и темпу показательных выступлений.	Приемы выполнены не четко, с должной амплитудой, слабо выражены элементы самостраховки, добивания. Музыкальное сопровождение соответствует требованиям, но не соответствует темпу показательных выступлений.	Приемы выполнены не четко, без должной амплитуды, не выполнены элементы самостраховки, добивания. Музыкальное сопровождение не соответствует требованиям и темпу показательных выступлений. Используются иностранные музыкальные композиции.
1	Комплекс рукопашного боя без оружия на 8 счетов. Упражнение № 30 НФП ВС РФ 2009.	5 баллов	3 балла	1 балл

2	Комплекс рукопашного боя с автоматом на 8 счетов Упражнение № 31 НФП ВС РФ 2009.	5 баллов	3 балла	1 балл
3	Бой 1Х Демонстрация приемов боя против 1 противника с использованием макетов холодного оружия (выполнение защиты от удара ножом сверху. Удара ножом в грудь. Удара ножом снизу.	5 баллов	3 балла	1 балл либо 0 баллов
4	Бой 1Х1 Демонстрация приемов боя против 1 противника с использованием макетов огнестрельного оружия (выполнение защиты от удара автоматом с штык-ножом в грудь, прикладом в голову, магазином в грудь).	5 баллов	3 балла	1 балл либо 0 баллов
5	Бой 1Х1 Демонстрация техники рукопашного боя - бросков при защите от удара в голову (по одному	5 баллов	3 балла	1 балл либо 0 баллов

	броску каждым участником).			
6	Музыкальное сопровождение	5 баллов	3 балла	1 балл
	Итого	30 баллов	18 баллов	6 баллов

*\*В этапах 1-2 данного раздела участвует вся команда. В этапах 3-5 участие девушек на усмотрение руководителя команды.*

### 5.2. «Готов к труду и обороне»

Соревнования проводятся в целях подготовки участников к выполнению 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».

Испытание «Бег 60 метров» - для III-IV ступени.

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 60 метров выполняется с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2 человека.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Ступень (возрастная группа)	Нормативы 60 метров							
	Юноши				Девушки			
	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)	11,0 и больше	10,9	10,4	9,5	11,4 и больше	11,3	10,9	10,1
IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет)	9,7 и больше	9,6	9,2	8,2	10,1 и больше	10,6	10,4	9,6

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

Испытание «Бег 1500 метров», «Бег 2000 метров».

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы							
	Юноши				Девушки			
	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) «1500 метров»	8.21 и больше	8:20	8:05	6:50	8.56 и больше	8:55	8:29	7:14
IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет) «2000 метров»	10:01 и больше	10:00	9:40	8:10	12:11 и больше	12:10	11:40	10:00

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

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

Испытание «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу для девушек»

Выполнение испытания может проводиться с применением «контактной платформы», либо без неё. 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 коснуться грудью пола (или платформы высотой не более 5 см), 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 1 минуту) 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.

Количество баллов участника определяется по таблице.

Степень (возрастная группа)	Нормативы			
	Девушки			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III степень (возрастная группа от 11 до 12 лет)	6 и меньше	7	9	14
IV степень (возрастная группа от 13 до 15 лет)	7 и меньше	8	10	15

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

Испытание «Подтягивание из виса на высокой перекладине» для юношей

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

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из ИП: 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 (за 1 минуту) 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.

Степень (возрастная группа)	Нормативы			
	Юноши			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
III степень (возрастная группа от 11 до 12 лет)	2 и меньше	3	4	7
IV степень (возрастная группа от 13 до 15 лет)	5 и меньше	6	8	12

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

Нахождение руководителя на дистанции во время проведения беговых видов соревнований категорически запрещается. Участник, завершивший дистанцию, должен ждать оставшихся участников на финише вместе с руководителем. При невыполнении данных условий, команда дисквалифицируется и занимает в данном виде место после всех команд, выполнивших вид в соответствии с настоящим Положением. Представителям и членам команд запрещается вмешиваться в работу судейских бригад. При невыполнении данного условия настоящего положения, команда дисквалифицируется без предупреждения.

### 5.3. «Туристская полоса»

Принимает участие вся команда. Для прохождения данного вида соревнований участники в обязательном порядке должны быть экипированы каской, перчатками и страховочными системами, снабженными усами самостраховки, а также владеть первичными навыками работы с данным оборудованием.

Система оценки.

Данный вид соревнований проводится на время. Участникам команды в полном составе необходимо преодолеть 5 соревновательных испытаний. На старте команда получает «15» балл. По мере прохождения соревновательных испытаний за каждую ошибку, совершенную членом команды, от «15» балла минусуется «0,5» балла.

Команда по итогам прохождения соревновательных испытаний, показавшая наименьшее время получает  $X$  баллов (где  $x$  – количество команд), команда, показавшая второй результат по времени прохождения получает  $X$  баллов минус «1» балл, команда показавшая третий результат по времени прохождения получает  $X$  баллов минус «2» балла и т.д. Отказ от прохождения какого-либо соревновательного испытания участником команды, минус «2» балла, за каждое соревновательное испытание, которое участник команды отказался проходить.

Итоговое количество баллов, складывается из следующих показателей: количество баллов, сохраненных командой от полученных на старте и количество баллов, полученных за время прохождения испытаний. Например: команда совершила по мере прохождения соревновательных испытаний 7 ошибок и показала 5-й результат по времени прохождения испытаний, всего участвует 8 команд. Команда получает  $17,5 + 4 = 21,5$  баллов (17,5 – прохождение соревновательных испытаний, 4 – результат за время прохождения)

1. **«Параллельные верёвки».** Этап натягивается двумя верёвками диаметром 10 – 12 мм между двумя деревьями. Нижняя верёвка натягивается на высоте 100 см над землёй. Верхняя верёвка натягивается параллельно

нижней, на высоте примерно 250 см. Расстояние между верёвками зависит от среднего роста участников соревнований. Нижняя верёвка является опорной или грузовой. По ней идут ногами. Верхняя верёвка является страховочной. За неё держатся руками. Длина этапа может составлять до 10 метров. Два человека от команды страхуют прохождение этапа. При прохождении этапа используются перчатки. В случае срыва, участник получает штрафной балл и переходит к выполнению следующего соревновательного испытания.

2. **«Навесная переправа»**. Веревка, диаметром 10-12мм, натянутая на высоте около 2 метров, протяженностью от 4 до 10 метров. Цель этапа – переправиться с одного конца веревки на другой, используя страховочную систему. Важна взаимопомощь на «входе» и на «выходе» с этапа. Первый участник закрепляется карабином и самостоятельно достигает противоположной стороны. На этапе не более одного участника.

В случае нарушения техники безопасности (незамуфтованный карабин, потеря страховки), а также в случае если дальнейшее выполнение упражнения невозможно (закончились силы, застрял и т.д.) участник получает штрафной балл и переходит к выполнению следующего соревновательного испытания.

3. **«Маятник»**. Данный этап проводится верёвкой диаметром 10 – 12 мм. Общая длина верёвки зависит от способа подвеса и высоты. Сам подвес верёвки должен быть надёжным (через толстый сук). В спортивном зале возможно использование каната. На конце маятниковой верёвки в 40 – 50 см. от земли обычно завязывается крупный узел для опоры участника, который переносит вес своего тела на маятниковую верёвку. Чем выше высота подвеса верёвки, тем большая длина раскачивания маятника над землёй по горизонтали. На земле отмечаются две линии перпендикулярно движению маятника: начало и конец. Между этими линиями находится опасная зона (ОЗ). Заступ за линии, касание земли или падение с маятника в ОЗ наказывается штрафным баллом и переходом к выполнению следующего соревновательного испытания.

4. **«Кочки»**. На земле из спилов, диаметром 20-30 см, обозначающих «Кочки» выложены зигзаги. Это «тропинка через болото» протяженностью до 20 метров. Задача: от первого до последнего участника команды пройти через «болото», взявшись за руки, не отпуская их и не оступаясь. Важный момент – одна кочка, одна нога. Штрафуется касание земли ногой, размыкание рук и постановка двух ног на одну кочку. Штраф – возврат команды на исходный рубеж, после 3-х неудачных попыток, команда получает минус «5» баллов и переходит к выполнению следующего соревновательного испытания.

В спортивных залах вместо кочек очень удобно использовать прорезиненные металлические блины от штанги, которая применяется в тренажёрных залах и залах тяжёлой атлетики.

5. **«Поводырь»**. Веревки натягиваются на разной высоте в хаотичном порядке между несколькими опорами (деревьями), образуя полосу длиной от 5 до 10 метров, с чередой разно уровневых препятствий. Всем участникам команды, кроме командира, завязываются глаза. Команда, двигаясь, взявшись

за руки, друг за другом (за исключением командира), преодолевает все препятствия. Командир должен помочь команде пройти этап, при необходимости координируя движения каждого участника команды. Штрафуется каждое касание веревки любым участником команды. Штрафной балл минус «0,5».

## **6. Форма одежды**

6.1. На торжественных построениях – парадная (единого образца у всей команды).

6.2. Во время проведения конкурсов – полевая.

6.3. Необходимо иметь сменную одежду и обувь на случай дождя или холодной погоды.

6.4. Команды прибывают на Игру со следующими документами:

- заявка (Приложение № 1);
- справка о проведении инструктажей по технике безопасности (Приложение № 2);
- заявления от родителей (оригиналы хранятся у руководителя команды, копии – в региональном Штабе Игры);
- копия или оригинал приказа направляющей организации о направлении команды на Игру;
- согласие на обработку персональных данных от каждого члена команды, законного представителя ребенка и руководителя команды (в свободной форме);
- ксерокопию свидетельства о рождении на каждого участника команды, согласно приказа.

6.5. Команды прибывают на Игру с личным и командным снаряжением (Приложение № 3).

## **7. Финансирование и награждение победителей**

7.1. По всем этапам Игры подводится комплексный зачет. Первенство команд определяется согласно показанным результатам, команда получает баллы и места. Общий итог подводится по сумме баллов, полученных командами в каждом виде соревнований. В случае равенства суммы баллов, победитель определяется по наибольшему количеству первых (вторых, третьих) мест. Команды, занявшие первое, второе, третье место в комплексном зачете, награждаются дипломами и ценными призами, за I-место вручается беспроводная колонка (вручается каждому из участников команды лично), II-место вручается туристический рюкзак (вручается каждому из участников команды лично), III-место вручается внешний аккумулятор (вручается каждому из участников команды лично).

7.2. Расходы по проведению регионального этапа (за исключением проезда к месту проведения и обратно, суточных расходов в пути, страхования

участников) осуществляются за счет средств бюджета субъекта РФ по разделу «молодёжная политика» согласно утвержденной сметы расходов.

7.3. Расходы по проезду к месту проведения и обратно, суточные, страхование участников и питание осуществляет направляющая сторона.