

Положение
о проведении комбинированной служебно-прикладной эстафеты
в рамках Международного научно-спортивно-творческого фестиваля
курсантов и студентов «Псковское вече»

1. Цели и задачи

1.1. Цели и задачи соревнований:

- воспитание патриотизма;
- повышение спортивного мастерства курсантов и студентов;
- популяризация здорового образа жизни;
- взаимобмен спортивным опытом.

2. Сроки, место проведения

2.1. Комбинированная служебно-прикладная эстафета проводится в рамках Международного научно-спортивно-творческого фестиваля курсантов, студентов и слушателей «Псковское вече» в дни, определяемые организаторами фестиваля и прописанные в регламенте.

2.2. Эстафета проводится на одной из спортивных площадок Псковского филиала Академии ФСИН России.

3. Этапы

1 этап – пробегание круга, на обозначенном месте выполнить переход из упора лежа в упор присев 10 раз, отжимание 10 раз, выпрыгивание 10 раз, продолжить бег до места передачи эстафеты (1 чел.);

2 этап – пробегание круга, на обозначенном месте выполнение толчка двумя гирями по 16 кг 10 раз, продолжить бег до места передачи эстафеты (1 чел.);

3 этап – переноска «раненого»: двое участников соединяют руки, третий садится на них, пробегание 100 метров, после этого бег втроем до места передачи эстафеты (3 чел.); штраф (5 секунд) за падение «раненого»;

4 этап – пробегание круга до промежуточного финиша в экипировке: бронежилет, сфера, ПР-73 (1 чел.);

5 этап – пробегание круга, на обозначенном месте выполнить неполную разборку и сборку АК, бег до места передачи эстафеты (1 чел.); за нарушение правил разборки и сборки АК – штраф (5 секунд);

6 этап – пробегание круга – скоростной этап (1 чел.).

IV. Руководство соревнованиями

4.1. Общее руководство осуществляет оргкомитет Международного научно-спортивно-творческого фестиваля курсантов и студентов «Псковское вече».

4.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на кафедру физической, огневой и тактико-специальной подготовки Псковского филиала Академии ФСИН России.

4.3. Главный судья соревнований определяется оргкомитетом в ходе подготовительных мероприятий.

V. Награждение

5.1. Победители и призеры награждаются призами, медалями и грамотами Псковского филиала Академии ФСИН России.

VI. Условия проведения

6.1. Результаты будут подсчитываться по времени прохождения эстафеты всех участников команды, минус штрафные очки, которые участники заработают на каждом этапе.

6.2. Победителем будет команда, показавшая наилучший результат, с минимальным количеством штрафных очков.

6.3. Состав команды: 6 человек. Команды могут объединяться в зависимости от количества участников той либо другой делегации, вне зависимости от пола.

6.4. Форма одежды: полевая (камуфлированная), головной убор, спортивная обувь.