«Утверждаю»

 Руководитель Красноярского ОП

 ОО РФСО «Локомотив»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.А.Михель

 «\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г.

### П О Л О Ж Е Н И Е

### о проведении спортивного праздника, посвященного

### «Дню железнодорожника» ст. Ачинск

1.Цели и задачи:

 Соревнования проводятся с целью дальнейшего внедрения физической культуры и спорта в повседневный быт железнодорожников, пропаганда средствами физической культуры здорового образа жизни.

**2. Время и место проведения:**

 Соревнования проводятся 03 августа 2019 в оздоровительном центре «Дружба» (Боготольский район).

Заседание мандатной комиссии в 09.30 час.

Начало соревнований в 10 15 час.

**3. Участники соревнований:**

К участию в соревнованиях допускаются работники предприятий все желающие, являющиеся работниками ОАО «РЖД», функциональных филиалов, дочерних и зависимых обществ

**4. Программа соревнований**

1. Бадминтон - (смешанные команды, состав команды 2 человека)
2. Баскетбол – мужчины (состав команды 3 человека)
3. Мини-футбол – мужчины (состав команды 6 человек)
4. Дартс – мужчины и женщины
5. Армрестлинг – мужчины весовая категория: до 70кг, до 80кг и свыше 80 кг; женщины весовая категория: до 70кг и свыше70 кг

6.Перетягивание каната (смешанные команды, состав команды 8 человек)

1. **Условия проведения и подведение итогов.**

**Дартс.**

Соревнования поводятся в личном первенстве. Метание дротиков выполняется в мишень по секторам от 1 до 20, с удвоением и утроением в случае попадания в соответствующие кольца. Центр мишени – 50 очков, кольцо вокруг него – 25.

Каждый участник выполняет пробную серию из 3-х бросков, которая в зачёт не идёт. Затем выполняется 1 зачетная серия 3 броска.

Результат участника определяется общим количеством очков, набранных в зачетной серии.

**Армрестлинг**.

Соревнования поводятся в личном первенстве. Мужчины весовая категория: до 70кг, до 80кг, свыше 80 кг; женщины весовая категория: до 70кг и свыше 70 кг. Спортсмены выступают в спортивной одежде и спортивной обуви. Руки до середины плеча и кисти рук должны быть обнажены (Запрещается пользоваться любыми предохраняющими бинтами и повязками на запястьях и локтях, а также иметь кольца и перстни на пальцах.) Руки участников должны быть чистыми, без признаков кожных заболеваний, ногти коротко подстрижены.Ногтевая пластина не должна выходить за предел пальца. Может быть использована магнезия или мел. Допускается использование обуви на утолщенной подошве, высота подошвы не ограничивается. Участники имеют право использовать подставки. Во рту не должно быть жевательной резинки. Длинные волосы должны быть убраны, допускаются повязки.

Время, отведенное для выхода спортсмена на поединок после объявления его фамилии секретарем соревнований, не должно превышать одной минуты. В противном случае спортсмену будет засчитано поражение. Спортсмен, фамилию которого секретарь назвал первой при вызове на поединок, должен занять место справа от рефери.

Участники поединка в любой момент по взаимной договоренности могут начать с применения связывания захвата или судейского захвата, или с того и другого.

В стартовой позиции спортсмены должны захватить руки таким образом, чтобы рефери видел суставы верхних фаланг больших пальцев и имел возможность к ним прикоснуться. Сначала спортсмены ставят локти на подлокотники, а уже потом берут захват.

Захват рук должен располагаться над центром стола. Локти могут устанавливаться в любом месте подлокотника, тыльная сторона кисти и предплечья должны составлять прямую линию.

Свободной рукой спортсмен должен держаться за штырь стола, при этом можно касаться или не касаться столешницы.

Плечи участников поединка должны быть параллельны краю стола и не выходить в стартовой позиции дальше 2/3 подлокотника. Между захватом и плечом спортсмена, между подбородком и захватом должно быть расстояние шириной в ладонь.

Каждый участник поединка может, при желании, упираться одной ногой в ближнюю к себе стойку стола. Можно упираться ногой в дальнюю от себя стойку стола, если это не вызывает возражений соперника. В случае возражений соперника ногу от дальней стойки стола необходимо убрать. Если участник не убирает ногу от дальней стойки или после начала поединка ставит ногу на дальнюю стойку – он получит предупреждение. Отрыв ноги (ног) от пола после начала поединка не является нарушением.

Не разрешается сильное давление на кисть соперника или ее чрезмерное натяжение, т.е. действия, мешающие выставлению захвата на центр стола.

Поединок начинается по команде рефери «Ready! Go!» и заканчивается по команде «Stop!». Рефери не должен применять силу при выставлении захвата. Рефери поднимает руку в сторону победившего спортсмена. Рефери должен приложить все усилия, чтобы дать участникам понять, что борьба окончена.

Победа присуждается спортсмену:

- при любом соприкосновении любой части руки от запястья до кончиков пальцев, а так же предплечья соперника с валиком, либо прохождение любой части руки от запястья до кончиков пальцев проекции валика;

- если спортсмен получил второе предупреждение;

- если спортсмен не вышел на поединок в течение одной минуты;

- если спортсмен вышел на поединок не в спортивной форме или в форме, несоответствующей форме его команды;

- в случае умышленного разрыва захвата в проигрышной позиции (предплечье находилось ниже, чем 2/3 от расстояния до валика);

- поединок, в котором спортсмен получил травму, считается проигранным. Но спортсмен будет вызываться к столу, пока не проиграет дважды (на двух руках);

- в случае любого нарушения, полученного, когда предплечье спортсмена находилось на расстоянии более чем 2/3 амплитуды до валика.

Поединок может быть выигран спортсменом только с определенной стороны стола (сторона стола по внутреннему краю подлокотника победившего спортсмена)*.*

В случае возникновения паузы в поединке (если кто-то из участников получил предупреждение) участники имеют право на отдых в течение не более 30 секунд.

После неумышленного разрыва захвата руки спортсменов должны увязываться специальным ремнем с пластмассовой или железной пряжкой. Если один из спортсменов умышленно разрывает захват, ему будет объявлено предупреждение и поединок будет продолжен без связывания рук участников. Рефери должен быть уверен в обстоятельствах, которые привели к разрыву, перед тем как объявить предупреждение. В случае если рефери не уверен в том, кто из соперников был виноват в разрыве, или произошел ли разрыв в результате действий обоих участников, предупреждение не объявляется и применяется связывание захвата.

Перед началом связывания захвата рук, участники должны поставить локти на соответствующие подлокотники, ладонь к ладони, поднять большие пальцы вверх, свободной рукой взяться за штырь. Во время связывания захвата боковой судья держит соперников за пальцы, контролируя соприкосновение ладоней и равноправное расположение кистей. Сначала обматывается ближняя к рефери рука спортсмена, на этой же руке (на тыльной стороне ладони) расположена и пряжка ремня. Затем обматывается ремнем предплечье второго участника поединка, при этом ремень продевается снизу сквозь петлю между ремнем и руками спортсменов и фиксируется в пряжке. Только судья может регулировать ремень. Участники могут попросить ослабить или передвинуть его в более удобное положение. Ремень не может находиться ниже, чем на 2,5 - 3 см от линии запястья.

Время отдыха спортсменов между поединками не должно быть менее 2 минут.

Нарушения правил, за которые спортсмену объявляется замечание:

- невыполнение команд рефери;

- преждевременный старт (фальстарт);

- если один из участников становится причиной отсрочки захвата;

- кратковременный отрыв руки от штыря после команды рефери «Go!».

За нарушение, указанное в абзаце 5 п.11.14. объявляется замечание без остановки поединка. Исключение – если в результате нарушитель получил преимущество или замечание стало вторым по счету. При объявлении замечания рефери показывает согнутую руку с выпрямленным вверх указательным пальцем. Если нарушитель правил извлек пользу из действия до получения предупреждения, поединок останавливается и ему объявляется фол.

Два замечания приравниваются к предупреждению (фолу).

Нарушения, за совершение которых спортсмену объявляется предупреждение (фол):

- отрыв локтя от подлокотника;

- соскальзывание локтя с подлокотника. Примечание: нарушением не считается, если локоть был оторван от подлокотника, но предплечье, бицепс или трицепс участника касались подлокотника. При этом локоть не выходит за проекцию подлокотника;

- пересечение средней линии стола головой, плечами;

- касание головой или плечом своего предплечья или захвата рук;

- уход от борьбы - умышленный разрыв захвата;

продолжительная потеря контакта свободной руки со штырем стола;

- опускание во время борьбы плеча руки, на которой происходит борьба ниже уровня подлокотника за исключением выигрышного положения. Выигрышным является положение, когда предплечье борющейся руки находится ниже, чем 2/3 расстояния от вертикали до валика;

- сталкивание локтя противника с подлокотника движением вперед;

- любое движение руками или туловищем во время судейского захвата, после команды рефери – не двигаться;

- любое намеренное действие, совершаемое с целью поставить соперника в положение, наказываемое фолом, является нарушением, и нарушитель получает фол.

Нарушения, совершенные соперниками одновременно, считаются обоюдными. Поединок продолжается после остановки. Фолы соперникам не объявляются.

Разрыв захвата.

Рефери объявляет предупреждение (фол) за умышленный разрыв захвата, если:

- спортсмен умышленно раскрыл пальцы;

- спортсмен складывает пальцы так, чтобы образовать кулак в руке соперника;

- кисть спортсмена во время разрыва захвата скользит по предплечью соперника вниз*.*

Спортсмен не может быть допущен к поединку, если он находится в состоянии алкогольного (наркотического) опьянения. Недопустимонеспортивное поведение по отношению к участникам соревнований, судьям, представителям команд. В зависимости от степени совершенного проступка неспортивного поведения участник или представитель могут быть либо дисквалифицированы. Решение о наказании принимает главный судья. Неспортивным является любое поведение с целью спровоцировать драку, споры или ситуации, могущие нанести урон безопасности, спорту, сквернословие.

**Баскетбол**.

Игра проходит на половине баскетбольной площадки. Площадка представляет собой соответствующую часть площадки для классического баскетбола с линией штрафных бросков.

Каждая команда состоит из четырех (3) игроков. Формула розыгрыша зависит от количества участвующих команд и определяется в день проведения на заседании Главной судейской коллегии.

 Главный судья соревнований оставляет за собой право вносить изменение в действующее положение. Все спорные моменты, или ситуации не обозначенные в данном положении разрешаются в соответствии с правилами Российской Федерации баскетболистов.

**Мини-футбол**.

Соревнования проводятся согласно Правилам Всероссийской Федерации мини-футбола. Состав команды 6 человек. Формула розыгрыша зависит от количества участвующих команд и определяется в день проведения на заседании Главной судейской коллегии.

**Перетягивание каната.**

 Соревнования командные. Состав команды 8 спортсменов. Матчи проводятся в смешанной категории. Восемь участников каждой из команд располагаются у разных концов каната. По середине делается центральная отметка и на расстоянии 4 метров от неё две боковых отметки. Перед началом состязания команды встают так, что центральная отметка находится над проведенной на земле чертой. По сигналу судьи каждая команда начинает тянуть канат, стараясь чтобы отметка ближайшая к соперникам пересекла черту на земле (т.е. пытаясь перетянуть канат на 4 метра), или чтобы противоположная команда заработала фол, который засчитывается если кто-либо из команды сядет или упадёт.

**Бадминтон.**

Соревнования командные. Состав команды 2 спортсмена. В том числе: 1 мужчина и 1 женщина. Игры проводятся в смешанной парной категории. По системе с выбыванием с розыгрышем всех мест.

**6.** **Награждение.**

 Команды занявшие 1,2,3 места по мини-футболу, баскетболу, бадминтону, перетягиванию каната награждаются памятными подарками. Участники, занявшие 1,2,3 места в личном первенстве по дартсу, армрестлингу награждаются памятными подарками. Главная судейская коллегия определяет 3-х лучших игроков спортивного праздника, которые награждаются также памятными подарками.

**7. Условия финансирования.**

 Расходы по подготовке и проведению Первенства обеспечивает Красноярское ОП РФСО «Локомотив» согласно утвержденной смете расходов.

**8. Заявки на участие**

 Предварительные заявки на участие в Первенстве оформленные согласно Приложению №1, подаются на спортивный комплекс ст.Ачинск, каб. №3 по адресу: ул. Кирова 75 А, тел. 6-46-61 до 02.08.2019г.

Тел: с/к ст. Ачинск 6-46-61