****

1. Цели и задачи
* формирование физически развитой нравственной личности обучающихся;
* пропаганда здорового образа жизни, занятий физической культурой и спортом;
* популяризация пауэрлифтинга на территории Кемеровской области;
* мотивирование обучающихся для достижения своего наивысшего спортивного результата;
* выявление сильнейших спортсменов.
1. Организаторы соревнований
* администрация МБУ ДО ДЮСШ №3 (контактный телефон: 53-50-36);
* судейство соревнований возлагается на судейскую коллегию.
1. Судейство соревнований

Судейская коллегия в составе:

главный судья – тренер-преподаватель МБУ ДО ДЮСШ №3 Шарагашев А.В.

главный секретарь – тренер-преподаватель МБУ ДО ДЮСШ №3 Грязнова Л.И.

1. Сроки и место проведения соревнований

Сроки проведения – **25 февраля 2018 г.**

Место проведения – г. Новокузнецк, ул. Тореза, 67, тренажерный зал «Тантал» МБУ ДО ДЮСШ№3.

Проезд автобусами №№ 35, 35а, 47а, 91 до остановки «Администрация» или № 15, 15, 16, 47, 345 до остановки «Стадион».

1. Требования к участникам соревнований и условия их допуска

К участию в соревнованиях допускаются:

по жиму лежа юноши 2004-2005 гг.р. (12-13 лет) и 2000-2003 гг.р. (14-18 лет),

по сгибанию разгибанию руг в упоре лежа мальчики 2006-2009 гг.р. 8-11 лет.

*Документы необходимые для прохождения мандатной комиссии:*

* именная заявка\* на участие в соревнованиях, заверенная врачом;
* паспорт или свидетельство о рождении;
* приказ о направлении команд на соревнования, с указанием руководителя, ответственного за жизнь и здоровье участников соревнований и о проведенном инструктаже по технике безопасности и правилам поведения на соревнованиях.
1. Программа проведения соревнований

10.00-11.00 - регистрация участников соревнований;

11.30 - начало соревнований по двум видам.

Награждение по завершению соревнований.

1. Условия проведения соревнований

Победители в соревнованиях по сгибанию разгибанию рук в упоре лежа определяются по наибольшему количеству повторений. Победители в соревнованиях по жиму лежа определяются по коэффициенту Уилкса.

Соревнования проводятся одновременно по двум видам.

Категория участников: учащиеся учреждений физкультурно-спортивной направленности.

1. Обеспечение безопасности зрителей и участников соревнований

Соревнования проводятся в спортивном зале, соответствующем нормам и требованиям технике безопасности, пожарной безопасности и СанПиНам на основании актов приёмки. Обеспечение мер безопасности во время проведения соревнований осуществляется на основании:

Каждый участник должен иметь справку, заверенную врачом, которая является основанием для допуска к спортивным соревнованиям.

Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на соревнованиях и медицинские осмотры участников спортивных соревнований осуществляются соответствующими организациями и уполномоченными лицами по месту расположения участников соревнований (приказ по ОУ).

1. Награждение

Победители и призёры в личном зачёте награждаются грамотами и медалями в каждой возрастной категории.

1. Заявки на участие в соревновании

ЗАЯВКА\* на участие в спортивных соревнованиях, подписанные специалистами МБЛПУ «Клинический врачебно-физкультурный диспансер», подаются непосредственно перед началом соревнований, с указанием ФИО спортсмена, числа, месяца, года рождения.

Допуск участников к соревнованиям производится на основании приказа о направлении команд на соревнования, с указанием руководителя, ответственного за жизнь и здоровье учащихся и о проведенном инструктаже по технике безопасности и правилам поведения на соревнованиях.

\*ЗАЯВКА

*Название образовательного учреждения, контактный телефон, Ф.И.О. ответственного.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя, отчество спортсмена | Дата рождения | Тренер | Допуск врача |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

# Допущено \_\_\_\_\_ человек Врач \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Руководитель ОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| Сайт МБУ ДО ДЮСШ №3 г. Новокузнецка: | **дюсш3-нвкз.рф** |
| электронная почта ДЮСШ №3:  | [dussh-3nvkz@mail.ru](https://e.mail.ru/messages/inbox/) |
| главный судья соревнований: Шарагашев Александр Васильевич  | 8-903-940-57-77 |
| контактный телефон ДЮСШ №3: | 53-50-36 |