

## Положение о проведении II (муниципального) этапа Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

Всероссийский спортивный фестиваль Российского движения школьников (далее – Фестиваль), уникальный проект РДШ, участники которого могут проверить свою силу, ловкость, упорство и целеустремленность.

Фестиваль состоит из 4 этапов: школьный, муниципальный, региональный, окружной и финального, заключительного этапа в Москве. Победители всех 4-х этапов встретятся на финале в Москве!

#### **Фестиваль проводится совместно с партнёрами:**

- ОГФСО «Юность России»;
- Минпросвещение России;
- Минспорт России;
- Федерация воздушно-силовой атлетики России.

#### **Этапы:**

- I этап (школьный): проводится в общеобразовательных организациях, в срок до 31 января 2023 года;
- II этап (муниципальный): проводится в муниципальных образованиях, в срок до 28 февраля 2023 года;
- III этап (региональный): проводится в субъектах Российской Федерации, в срок до 31 марта 2023 года;
- IV этап (окружной): выявление победителей на основании итогов региональных этапов, в период с 1 апреля 2023 года по 16 апреля 2023 года;
- V этап (всероссийский): проводится с 16 мая 2023 года (день заезда) по 19 мая 2023 года (день отъезда) в городе Москве.

#### **Как стать участником:**

1. Зарегистрировать общеобразовательную организацию в системе [спорт.рдш.рф](https://sport.rds.ru);
  2. Участникам зарегистрироваться на сайте [РДШ.РФ](https://rds.ru);
  3. Подать заявку на участие в одном или нескольких направлениях в системе [спорт.рдш.рф](https://sport.rds.ru);
- Далее следовать инструкциям, указанным в регламентах.

#### **Направления:**

- **«Весёлые старты»** – это комплекс интересных эстафет, в которых участвуют команды из 6 человек (школьники 2-х – 4-х классов).

Информация по ссылке <https://xn--n1abebi.xn--d1axz.xn--p1ai/events/42>;

- **«Игры отважных»** – соревнования для сильных, смелых и отважных молодых людей и девушек 16-17 лет, которым предстоит пройти «Тест Российского движения школьников». Информация по ссылке <https://xn--n1abebi.xn--d1axz.xn--p1ai/events/41>;

- **«Сила РДШ»** – соревнование по воздушно-силовой атлетике для учащихся 1-10 классов. Вам предстоит выполнить за 1 минуту упражнения на перекладине (любые из 16, представленные в регламенте), рассчитав так, чтобы получить за их выполнение наибольшее количество баллов.

Информация по ссылке <https://xn--n1abebi.xn--d1axz.xn--p1ai/events/43>

- **Турнир по шахматам** – проводится в соответствии с правилами этого вида спорта, утверждёнными Минспортом России, для обучающихся общеобразовательной организации в возрасте от 6 до 17 лет.

Информация по ссылке

<https://xn--n1abebi.xn--d1axz.xn--p1ai/events/40>.

•«Здоровое движение»– конкурс проектов, которые в течение года готовят команды, состоящие из 2-5 обучающихся общеобразовательной организации в возрасте от 8 до 17 лет. Информация по ссылке <https://xn--n1abebi.xn--d1axz.xn--p1ai/events/39>;

*\*Всероссийский спортивный фестиваль Российского движения школьников традиционно включается во Всероссийский сводный календарный план физкультурных и спортивных мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в общеобразовательных организациях, организациях дополнительного образования, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования и Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Министерства спорта Российской Федерации.*

## **2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ II МУНИЦИПАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОГО СПОРТИВНОГО ФЕСТИВАЛЯ.**

I этап (школьный) – проводится в общеобразовательных организациях города Новочеркаска в срок до 30 января 2022 года;

II этап (муниципальный) – проводится с 01 февраля по 28 февраля 2023 года. В нем принимают участие победители школьного этапа.

Виды программы Фестиваля проводятся согласно регламентам, размещенным в информационной системе спорт.рдш.рф в информационно-коммуникационной сети «Интернет» (далее Система спорт.рдш.рф).

Команды (участники) - победители муниципального этапа направляются для участия в III этапе (региональном) Всероссийского спортивного фестиваля РДШ.

## **3. ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ.**

Общее руководство подготовкой и проведением муниципального этапа Фестиваля осуществляет Оргкомитет Фестиваля.

Непосредственное проведение I (школьного) этапа Фестиваля возлагается на общеобразовательные организации города Новочеркаска.

## **4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ ФЕСТИВАЛЯ.**

В муниципальном этапе Фестиваля участвуют команды, состоящие из **победителей** школьного этапа!

**Эстафета «Веселые старты».** Соревнования командные. Состав команды - 7 человек из одной общеобразовательной организации:

- 2-ой класс - 1 девочка и 1 мальчик
- 3-ий класс - 1 девочка и 1 мальчик
- 4-ый класс - 1 девочка и 1 мальчик
- + 1 руководитель!

### **Для участия в Веселых стартах:**

Общеобразовательным организациям необходимо зарегистрироваться в Системе спорт.рдш.рф.

Участникам необходимо:

- зарегистрироваться на официальном сайте Российского движения школьников (далее – Сайт рдш.рф) с согласия родителя/законного представителя;

- заполнить и загрузить согласие на обработку персональных данных самостоятельно (с согласия родителей/законных представителей) или с помощью родителей/законных представителей, в личном кабинете пользователя на Сайте рдш.рф.

— подать отчет в личном кабинете школы в Системе спорт.рдш.рф с прикрепленными сканами согласия на обработку персональных данных **победителей** школьного этапа и итогового протокола I (школьного) этапа (В случае победы в следующих этапах – в личный кабинет школы прикрепляются итоговые протоколы этапа, в котором была одержана победа);

— подать заявку на участие во II (муниципальном) этапе в Оргкомитет по электронной почте [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru) с пометкой «Спортивный фестиваль»

Эстафета проводится в соответствии с регламентом муниципального этапа по виду программы (Приложение №1).

**Соревнования «Игры отважных» - соревнования для сильных, смелых и отважных молодых людей и девушек 16-17 лет, которым предстоит пройти сложные, но интересные испытания.**

**Состав команды - 7 человек из одной общеобразовательной организации:**

- 3 юноши
- 3 девушки
- 1 руководитель!

Возраст участников - 16-17 лет.

#### **Подача заявок на участие**

**Ответственному за проведение Игр отважных в образовательной организации для участия необходимо:**

— зарегистрировать общеобразовательную организацию в Системе спорт.рдш.рф (если образовательная организация еще не зарегистрирована);

— подать заявку на участие на странице Игр отважных в Системе спорт.рдш.рф и прикрепить к ней заполненную заявку

— подать отчет и итоговый протокол о проведении I школьного этапа. (В случае победы в следующих этапах – итоговые протоколы этапа, в котором была одержана победа в личном кабинете школы в Системе спорт.рдш.рф.) Сканы итоговых протоколов прикрепляются в отчет одним файлом, в формате pdf.

— подать заявку на участие во II (муниципальном) этапе в Оргкомитет по электронной почте [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru) с пометкой «Спортивный фестиваль»

Соревнования проводятся в соответствии с регламентом муниципального этапа по виду программы (Приложение №2).

**Соревнования по воздушно-силовой атлетике «Сила РДШ» - соревнование по воздушно-силовой атлетике для учащихся 1-10 классов.**

Соревнования личные. Участник выполняет за 1 минуту упражнения (одно или несколько). Задача - набрать наибольшее количество баллов.

#### **Возрастные категории:**

- обучающиеся 1-2 классов;
- обучающиеся 3-4 классов;
- обучающиеся 5-6 классов;
- обучающиеся 7-8 классов;
- обучающиеся 9-10 классов.

В I (школьном) этапе Силы РДШ может принять участие любой обучающийся общеобразовательной организации, зарегистрировавшийся на Сайте рдш.рф.

#### **Подача заявок на участие**

Всем участникам Силы РДШ необходимо зарегистрироваться на Сайте рдш.рф.

**Ответственному за проведение школьного этапа необходимо:**

— зарегистрировать общеобразовательную организацию в Системе спорт.рдш.рф;

— подать заявку на участие на странице Игры отважных в Системе спорт.рдш.рф и прикрепить к ней заполненную заявку к Регламенту.

#### **По окончании I этапа:**

Представитель школы, ответственный за проведение Силы РДШ, должен загрузить в Систему спорт.рдш.рф во вкладку «Сила РДШ» в течение 5-ти дней с момента окончания этапа, но не позднее 31 января 2023 г. следующие материалы:

— сведения о победителях и призерах среди участников – отдельно среди мальчиков и девочек (ФИО, класс, результат);

— сканированную копию итогового протокола школьного этапа;

— сканированную копию таблицы подсчета баллов;

— согласие на обработку персональных данных от победителя и призеров;

— подать заявку на участие во II (муниципальном) этапе в Оргкомитет по электронной почте [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru) с пометкой «Спортивный фестиваль»

Соревнования проводятся в соответствии с регламентом муниципального этапа по виду программы (Приложение №3).

#### **По окончании II этапа:**

Представитель школы, ответственный за проведение Силы РДШ, должен загрузить в Систему спорт.рдш.рф во вкладку «Сила РДШ» в течение 5-ти дней с момента окончания этапа, но не позднее 28 февраля 2023 года следующие материалы:

— сведения о победителях среди участников – отдельно среди мальчиков и девочек (ФИО, класс, ссылку на видеозапись выступления победителей, размещенную в социальных сетях (ВКонтакте, ссылка должна быть открытой для просмотра, в примечании к видеозаписи размещается хэштэг #СилаРДШ2023);

— скан таблицы подсчета баллов.

**Действия ответственного представителя школы на последующих этапах аналогичны.**

#### **Турнир по шахматам на кубок РДШ.**

**"Турнир по шахматам" идеально вписывается в развитие самого умного спорта страны. Соревнования проводятся в соответствии с правилами вида спорта «шахматы», утвержденными Минспортом России.**

#### **Этапы проведения:**

**I этап (школьный) очный формат:** Соревнования личные внутри общеобразовательных организаций – по 21 января 2023 года;

**II этап (муниципальный) очный формат:** соревнования командные до 28.02.2023 г. Соревнования командные. Команды формируются из победителей I этапа в соответствии с регламентом (идет одновременно с онлайн-форматом)

**Онлайн формат II этап (региональный): Информация по ссылке <https://xn--n1abebi.xn--d1axz.xn--p1ai/events/40>**

Турнир проводится в соответствии с действующими правилами вида спорта «Шахматы» (утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 декабря 2020 г. № 988), с использованием игровой платформы шахматнаяпланета.рф.

Соревнования командные в субъектах Российской Федерации. Команды формируются из победителей первого этапа в соответствии с регламентом – февраль 2023 года;

**III этап (окружной) онлайн формат с видеоконтролем:** соревнования внутри федеральных округов среди команд-победителей II (онлайн-формата) этапа – март-апрель 2023 года;

**IV этап (всероссийский) очный формат:** финальные соревнования проводятся среди команд-победителей III этапа – май 2023 года.

В Турнире принимают участие обучающиеся 1-11 классов (6-17 лет) общеобразовательных организаций, зачисленных в данную организацию не позднее 1 сентября 2022 года.

Турнир проводится в двух возрастных группах:

- 6 - 14 лет;
- 15 - 17 лет.

Соревнования командные, проводятся в соответствии с правилами вида спорта «шахматы», утвержденными Минспортом России.

Состав команды образовательного учреждения - 9 человек, в том числе 8 обучающихся (из них 2 юноши и 2 девушки -6-14 лет, 2 юноши и 2 девушки – 15-17 лет) и 1 руководитель команды. Допускается состав команды, состоящей только из обучающихся одной возрастной группы и руководителя команды в случае, если не набирается полный состав. Не допускается участие обучающихся не в своей возрастной группе.

В рамках II муниципального этапа Фестиваля шахматный турнир проводится в соответствии с регламентом муниципального этапа Фестиваля (Приложение №4).

В соответствии с Регламентом «Турнира по шахматам на Кубок РДШ» <https://спорт.рдш.рф/events/40> победители школьного этапа допускаются для участия в региональном этапе. Для участия в I этапе необходимо пройти регистрацию на сайте [рдш.рф](http://рдш.рф). Для II и III этапов Руководитель команды самостоятельно подает заявку на регистрацию на портале шахматнаяпланета.рф.

Турнир муниципального этапа проводится в соответствии с регламентом по виду программы (Приложение №4).

**Конкурс «Здоровое движение»** - конкурс проектов, которые в течение года готовят команды, состоящие из 2-5 обучающихся общеобразовательной организации в возрасте от 10 до 17 лет. Количество Команд от одной общеобразовательной организации не ограничено.

**Порядок проведения:**

**Муниципальный этап не проводится!!! Участники сразу регистрируются для участия во Всероссийском конкурсе.**

Информация о проведении конкурса размещена по ссылке: <https://спорт.рлдш.рф/events/39>

**03 ноября 2022 - 12 декабря 2022 г.г.** - подача заявок на участие;

**13 декабря 2022 -13 февраля 2023 г.г.** - знакомство с наставником

**14 февраля 2023 - 14 марта 2023 г.г.** - реализация практической части проекта, проведение тренировок, ведение правильного питания и т.д.

**15 марта 2023 - 31 марта 2023 г.г.** - подготовка и проведение соревнования по выбранному виду спорта; до **31.03.2023 г.** - оформление и подача отчета;

**1 апреля 2023 - 16 апреля 2023 г.г.** - оценка проектов и подведение итогов;

**16 мая 2023 - 19 мая 2023 г.г.** - итоговое мероприятие. Всероссийский спортивный фестиваль.

**Для участия:**

**Всем членам команд необходимо:**

— зарегистрироваться на официальном сайте Российского движения школьников [рлдш.рф](http://рлдш.рф)

— заполнить и загрузить согласие на обработку персональных данных (<https://спорт.рлдш.рф/events/39>), подписаться в социальной сети ВКонтакте на официальную группу Российского движения школьников [skm\\_rus](https://vk.com/skm_rus) и официальную группу "Спорт и ЗОЖ РДШ" [skm\\_sport](https://vk.com/skm_sport)

**Команде для участия необходимо:**

— зарегистрироваться в Системе [спорт.рлдш.рф](http://спорт.рлдш.рф)

— подать заявку на участие в "Здоровом движении" на странице "Здорового движения" в Системе [спорт.рлдш.рф](http://спорт.рлдш.рф) и прикрепить к ней заполненную заявку (<https://спорт.рлдш.рф/events/39>)

— заполнить и загрузить в личный кабинет школы согласия на обработку персональных данных (<https://спорт.рлдш.рф/events/39>) на каждого участника команды.

**Направления для выбора тем проекта: спорт и здоровый образ жизни**

**Направление "Спорт".** Участники выбирают 1 из следующих видов спорта или один из спортивных проектов Российского движения школьников, предложенных ниже:

- волейбол;
- футбол;
- баскетбол;
- легкая атлетика;
- лыжи;
- самбо;
- тхэквондо;
- "Веселые старты";
- "Игры отважных";
- "Сила РДШ";
- Турнир по шахматам.

**Направление "Здоровый образ жизни".** Участники могут выбрать следующие темы:

- фитнес тренировки;
- правильное питание;
- здоровый сон;
- полезные привычки;
- цифровое здоровье;
- психологическое здоровье;
- гигиена.

**Обязательные задания:**

**03.11.2022 по 12.12.2022 г.г.** - Видеовизитка: должна включать в себя:

- представление города и региона, школы;
- представление участников команды;

- представление направления и темы проекта.

**12.12.2022 по 16.01.2023 г.г.** - Ты то, что ты ешь (видеоролик должен включать в себя короткий обзор на полезные продукты и блюда, которые команда употребляет в своей жизни, и которые помогают участникам соблюдать ЗОЖ)

**17.01.2023 по 31.03.2023 г.г.** - Танцевальная зарядка/разминка. Команда снимает видеоролик, в котором исполняет танец или делает разминку всей командой под музыку.

По каждому виду спорта и теме ЗОЖ будут созданы специальные чаты, в которых наставники будут консультировать участников.

Проектные работы оцениваются Экспертным советом, согласно критериям, представленным в Таблице критериев оценки проектной работы (<https://спорт.рдш.пф/events/39>).

Технические требования, предъявляемые к каждому заданию и критерии их оценки будут опубликованы в Системе [спорт.рдш.пф](https://спорт.рдш.пф).

По итогам "Здорового движения" команды должны предоставить проект в текстовом виде в соответствии со всеми требованиями оформления проекта участника(<https://спорт.рдш.пф/events/39>), карту проекта (<https://спорт.рдш.пф/events/39>), отчет по проекту (<https://спорт.рдш.пф/events/39>) и презентацию (<https://спорт.рдш.пф/events/39>).

В ходе "Здорового движения" командам будут предоставлены 3 обязательных задания (**Приложение №8**), за выполнение которых будут начисляться дополнительные баллы. Технические требования, предъявляемые к каждому заданию и критерии их оценки будут опубликованы в Системе [спорт.рдш.пф](https://спорт.рдш.пф).

По итогам "Здорового движения" будут выбраны 20 лучших проектов (10 по направлению "Спорт" и 10 по направлению "ЗОЖ") и 10 команд-победителей (5 по направлению "Спорт" и 5 по направлению "ЗОЖ"), набравшие наибольшее количество баллов за выполненный проект, основные и дополнительные задания.

Лучшие 20 проектов будут опубликованы в Системе [спорт.рдш.пф](https://спорт.рдш.пф).

Команды-победители получают возможность принять участие в Спортфесте 16-19 мая 2023 года в Москве. Участники команд награждаются памятными призами.

общеобразовательных учреждений, могут принимать участие во Всероссийском этапе конкурса «Здоровое движение» в соответствии с его регламентом

## 5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

07 февраля 2023 г., 10.00– начало Фестиваля, церемония открытия Фестиваля (МБОУ СОШ №19)

07 февраля 2023 г., 10.30 – «Веселые старты», (МБОУ СОШ №19)

09 февраля 2022 г., 10.00 – «Игры отважных», (МБОУ СОШ №19)

14 февраля 2023 г., 10.00 – «Сила РДШ», (МБОУ СОШ №19)

16 февраля 2023 г., 13.00 – турнир по шахматам (МАУ ДО «ЦВД «Эстетика», ул. Александровская, 91);

21 февраля 2022 г., 14.00 - Награждение Победителей и призеров Фестиваля, церемония закрытия Фестиваля (МАУ ДО «ЦВД «Эстетика», ул. Дворцовая, 12, концертный зал)

Основная программа Фестиваля реализуется на базе спортивного комплекса МБОУ СОШ №19. Турнир по шахматам проводится на базе МАУ ДО «ЦВД «Эстетика» по адресу ул. Александровская, 91.

Заявки на участие в Фестивале, подаются образовательными организациями по каждому виду программы отдельно, до 03 февраля 2023 года по адресу [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru).

## 6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ.

Победители и призеры II (муниципального) этапа Фестиваля определяются:

1. В «Веселых стартах»: по наименьшей сумме времени всех эстафет с учетом начисленных премиальных и штрафных баллов, переведенных во временной показатель. В случае одинаковой суммы времени у двух и более команд преимущество получает команда, показавшая лучшее время в комплексной эстафете. При равенстве и этого показателя – команда, набравшая меньшее количество штрафных баллов.

2. В «Играх отважных»: по наименьшему количеству времени команды, зафиксированному по последнему участнику команды на прохождении единой полосы препятствий.

3. В «Силе РДШ»: по наибольшей сумме набранных баллов. В случае равного количества баллов у участников, победа присуждается участнику, выполнившему наибольшее количество более высоко оцениваемых элементов. В случае равенства всех показателей победа отдается решением главного судьи участнику, который по мнению судей наиболее технично выполнял упражнения.

4. В соревнованиях по шахматам: по сумме набранных всеми участниками команды очков (победа – 2 очка, ничья – 1 очко, поражение – 0 очков). При равенстве очков преимущество получает команда по следующим показателям в порядке убывания значимости:

- по суммарному количеству очков, набранных всеми игроками команды;
- по результатам матчей между собой;
- по числу командных побед;
- по лучшим результатам на досках согласно поданной заявке (последовательно-1,2,3, и т.д.).

По каждому виду программы Фестиваля судейскими коллегиями подводятся итоги, в соответствии с требованиями и определяются **победители - 1,2,3 место**. Победители награждаются дипломами и грамотами.

При подведении общих итогов, учитывается активность участия образовательных учреждений в Фестивале (по количеству видов программ, в которых представлены команды образовательного учреждения).

**Абсолютным победителем Фестиваля** по представлению судейских коллегий и решению Оргкомитета Фестиваля, становится образовательная организация, представившая команды в наибольшем количестве видов программ и показавшая высокие результаты в каждом виде.

**Регламент (Программа)  
комплексных эстафет II (муниципального) этапа Всероссийского спортивного фестиваля РДШ**

Соревнования проводятся 07 февраля 2023 г. в 10.30 на базе спортивного комплекса МБОУ СОШ №19. Оргкомитет оставляет за собой право сократить программу эстафеты или заменить ее часть в соответствии с имеющимися материально-техническими ресурсами и оборудованием.

В муниципальном этапе Фестиваля участвуют команды, состоящие из **победителей** школьного этапа!

**Эстафета «Веселые старты».** Соревнования командные. Состав команды - 7 человек из одной общеобразовательной организации:

- 2-ой класс - 1 девочка и 1 мальчик
- 3-ий класс - 1 девочка и 1 мальчик
- 4-ый класс - 1 девочка и 1 мальчик
- + 1 руководитель!

**Для участия в Веселых стартах:**

Общеобразовательным организациям необходимо зарегистрироваться в Системе спорт.рдш.рф.

Участникам необходимо:

- зарегистрироваться на официальном сайте Российского движения школьников (далее – Сайт рдш.рф) с согласия родителя/законного представителя;
- заполнить и загрузить согласие на обработку персональных данных самостоятельно (с согласия родителей/законных представителей) или с помощью родителей/законных представителей, в личном кабинете пользователя на Сайте рдш.рф.

**Подача заявок на участие в I и II этапах эстафеты «Веселые старты» и отчеты.**

Ответственному за проведение Веселых стартов в школе необходимо:

- зарегистрировать общеобразовательную организацию в Системе спорт.рдш.рф (если общеобразовательная организация еще не зарегистрирована);
- подать заявку на участие на странице Веселых стартов в Системе спорт.рдш.рф и прикрепить к ней заполненную заявку Приложение №1 к Регламенту;
- подать отчет в личном кабинете школы в Системе спорт.рдш.рф с прикрепленными сканами согласия на обработку персональных данных **победителей** школьного этапа и итогового протокола I (школьного) этапа (Приложение №3 к Регламенту), (В случае победы в следующих этапах – в личный кабинет школы прикрепляются итоговые протоколы этапа, в котором была одержана победа);
- подать заявку на участие во II (муниципальном) этапе в Оргкомитет по электронной почте [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru) с пометкой «Спортивный фестиваль» (Приложение №2 к Регламенту)

Эстафета проводится в соответствии с регламентом муниципального этапа по виду программы. Контроль и учет результатов эстафеты проводит судейская коллегия (Приложение №4)

Дистанция всех эстафет – 15 метров

**1. Эстафета «Змейка»:**

Инвентарь: 5 конусов (кеглей) (на каждую команду).

На дистанции через равное расстояние (3 м) стоят 5 конусов (кеглей).

Участники команды стоят в колонне по одному на линии старта. По сигналу судьи первый участник команды начинает движение, обегает зигзагом все конусы (кегли), добегая до последнего конуса (кегли) огибает его и возвращается назад тем же способом, передает эстафету следующему участнику команды. Следующий участник выполняет то же самое и т. д. Время фиксируется по последнему участнику, когда он встанет в конец колонны.

*Примечание:*

- *обязательна передача эстафеты, касанием рукой плеча игрока.*

*При задевании конуса (кегли), неправильной передаче эстафеты, начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.*

## 2. Эстафета «Стремительные»:

Инвентарь: эстафетная палочка - 1 шт., обруч – 1 шт. (на каждую команду).

Участники команды стоят в колонне по одному у линии старта, у первого участника в руках эстафетная палочка. Капитан команды стоит в обруче напротив своей команды на расстоянии 15 м. По сигналу судьи первый участник бежит к капитану, передает эстафетную палочку и становится в обруч. Капитан, получив эстафетную палочку, бежит к своей команде и передает ее второму участнику команды и т. д. Время фиксируется по моменту, когда капитан вернется в обруч.

*Примечание: при задевании и смещении обруча участником команды, а также потере эстафетной палочки начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.*

## 3. Эстафета «Встречная эстафета»:

Инвентарь: эстафетная палочка (на каждую команду).

Мальчики и девочки одной команды выстраиваются друг напротив друга, в колонны по одному. По сигналу судьи первый участник команды (мальчик) с эстафетной палочкой в руке бежит по прямой до противоположной стороны, где стоят девочки, передает эстафету и становится в конец колонны. И так до тех пор, пока мальчики не поменяются местами с девочками.

*Примечание: при потере эстафетной палочки начисляется 1 штрафное очко, равное 1 сек.*

## 4. Эстафета «Пингвины»:

Инвентарь: резиновый мяч диаметром 15-16 см весом 300-350 грамм – 1 шт., конус – 1 шт. (на каждую команду)

Команда стоит в колонне по одному в произвольном порядке у стартовой линии. По сигналу судьи первый участник-капитан команды начинает движение прыжками с мячом, зажатым между коленей в сторону противоположной линии. Достигнув противоположной линии и обогнув конус, обратно возвращается к своей команде бегом, держа мяч в руках, передает мяч из рук в руки следующему участнику и становится в конец колонны и так до тех пор, пока не окажется первым. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечет линию финиша/старта.

*Примечание:*

*- при потере мяча, движение нужно начинать с того места, где он выпал.*

*В каждом отдельном случае - потере мяча, неправильной передаче эстафеты, в том числе передаче эстафеты броском мяча, начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.*

## 5. Эстафета «Гимнастика»

Инвентарь: 3 обруча диаметром 65 см (на каждую команду).

Участники команды стоят в колонне по одному у линии старта. На полу на равном расстоянии (5 м) друг от друга в очерченных квадратах размером 1м x 1м лежат 3 обруча. По сигналу судьи первый участник команды начинает движение, пробежав до первого обруча должен его «продеть через себя», затем двигаясь дальше, проделать то же самое с оставшимися 2-мя обручами. Обратно к своей команде участник возвращается бегом, минуя обручи и передает эстафету следующему участнику. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечет линию финиша/старта.

*Примечание:*

*-обязательна передача эстафеты, касанием рукой плеча следующего игрока.*

*В каждом отдельном случае неправильной передачи эстафеты или смещении обруча из квадрата начисляется 1 штрафное очко, равное 1 сек.*

## 6. Эстафета «Метки»

Инвентарь: корзина для мячей – 2 шт., пластиковые мячи для метания (мячи для сухих бассейнов) – 18 шт. (на каждую команду), конус (кегля) – 1 шт.

Команда стоит в колонну по одному у линии старта. По сигналу судьи первый участник команды начинает движение, добегают до метки – конуса (кегли), где находится корзина с мячами, и совершает 3 броска мячами в корзину, стоящую на расстоянии 2 м от метки. После бросков участник бегом возвращается к команде для передачи эстафеты. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечёт линию финиша / старта.

*Примечание:*

*В случаях – неправильной передачи эстафеты, начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.*

*В случае заступа за линию метки – конус (кегля) результат этого броска не засчитывается.*

*Каждое попадание в корзину – 1 премиальный балл, равный 3 сек., промах – 0 премиальных баллов.*

### **7. Эстафета «Навигатор»**

Инвентарь: набивной мяч (медбол) весом 3 кг. – 1 шт., гимнастическая палка длиной 1 метр– 1 шт., конус -1 шт. (на каждую команду).

Команда стоит в колонну по одному, в произвольном порядке у линии старта. Перед первым участником команды на линии старта лежит набивной мяч, в руках у него – гимнастическая палка. По команде судьи, первый участник начинает ведение мяча палкой, как клюшкой, до поворотной отметки - конуса. Выполнив обводку поворотной отметки (конуса), аналогичным способом возвращается обратно и передает эстафету следующему участнику. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечет линию финиша/ старта.

*Примечание: при перемещении мяча запрещается делать по нему удары.*

*Передачей эстафеты считается передача участником палки и мяча следующему участнику. Передача эстафеты считается правильной, когда участник с гимнастической палкой и мячом пересек линию последний участник команды пересечет линию финиша/старта.*

*В случаях - потери мяча участником (укатился за ограничительные линии), не правильной передачи эстафеты начисляется 1 штрафное очко, равное 1 сек.*

### **8. Эстафета «Сцепка вагонов»**

Инвентарь: конус (кегля) – 1 шт. (на каждую команду).

Команда стоит в колонну по одному, в произвольном порядке у линии старта. По сигналу судьи первый участник команды бежит до конуса (кегли), обегает его (её) и бежит обратно, берёт за руку второго участника, **они** вместе бегут до конуса (кегли), обегают его (её) вдвоём и бегут обратно, берут за руку третьего участника и т.д., в конце эстафеты бегут всей командой. Время фиксируется по моменту, когда вся команда пересечёт линию финиша / старта.

*Примечание: В случаях – если участники расцепили руки, не обогнули конус (кегля) начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.*

### **9. Эстафета «Каракатица»**

Инвентарь: конус (кегля) – 1 шт., баскетбольный мяч – 1 шт. (на каждую команду)

Команда стоит в колонну по одному, в произвольном порядке у линии старта. Первый участник принимает исходное положение – упор лежа сзади согнув ноги, баскетбольный мяч находится на животе. По сигналу судьи первый участник команды в таком положении начинает движение до линии на противоположной стороне площадки. После пересечения линии на противоположной стороне площадке встает и возвращается к команде бегом, держа мяч в руках, передает эстафету следующему игроку, который принимает исходное положение и начинает движение, и так вся команда. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечет линию финиша/ старта.

*Примечание: участник, принимающий эстафету, не может принимать исходное положение до передачи ему мяча.*

*В случае если участник выронил мяч, он возвращает его в исходное положение с места падения мяча и продолжает выполнять задание. Участник следующего этапа начинает выполнять задание после передачи участником предыдущего этапа баскетбольного мяча.*

*В случае потери мяча начисляется 1 штрафное очко, равное 1 сек.*

Заявка на участие в I (школьном) этапе Всероссийского фестиваля «Веселые старты»  
(для прикрепления в личном кабинете школы на сайте спорт.рдш)

**Заявка**

Прошу включить образовательную организацию

---

в состав участников Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников «Веселые старты»

С Положением и правилами соревнований ознакомлен.

С условиями Положения согласен.

\_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_ г.

Директор

М.П.

Приложение №2 к Регламенту  
эстафеты «Веселые старты»

**ЗАЯВКА**

на участие во II (муниципальном) этапе Всероссийского спортивного Фестиваля  
Российского движения школьников в виде программы «**Веселые старты**»

\_\_\_\_\_  
(наименование общеобразовательной организации)

№ п/п	Ф.И.О участника	Дата рождения	класс	Виза врача
1				
2				
3				

- 1. Предварительная заявка оформляется с учетом запасных участников, без визы врача.**
- 2. В день участия в соревнованиях виза врача обязательна!**

Допущено к участию в муниципальном этапе «Веселые старты» \_\_\_\_\_ обуч-ся.

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
Ф.И.О. подпись

Директор образовательной организации \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)  
(подпись)

М.П

**ИТОГОВЫЙ ПРОТОКОЛ I /II ЭТАПА**  
Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников в виде программы «Веселые старты»

*(наименование общеобразовательной организации)*

№ п/п	Наименование команды или общеобразовательной организации	Мест о	Наименование эстафет																			
			р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *	р *	м *
1																						
2																						
3																						

р\* - результат м\* - место \_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Ответственный за проведение Спортфеста  
в общеобразовательной организации \_\_\_\_\_

*(ФИО, подпись)*

Представитель Российского движения школьников \_\_\_\_\_

*(ФИО, подпись)*

**СОСТАВ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ**

**Эстафета «Веселые старты»**

1. Председатель судейской коллегии – Коротаева В.Я., руководитель ГМО педагогов-организаторов ОБЖ, педагог-организатор ОБЖ МБОУ СОШ №19
2. Быковских Н.Н. – учитель физической культуры МБОУ СОШ №19
3. Гайворонская Л.И., педагог-организатор МАУ ДО «ЦВД «Эстетика»

Соревнования проводятся 09 февраля 2023 г. в 10.00 на базе спортивного комплекса МБОУ СОШ №19.

**Соревнования «Игры отважных» - соревнования для сильных, смелых и отважных молодых людей и девушек 16-17 лет, которым предстоит пройти сложные, но интересные испытания.**

**Состав команды - 7 человек из одной общеобразовательной организации:**

- 3 юноши
- 3 девушки
- 1 руководитель!

Возраст участников - 16-17 лет.

#### **Подача заявок на участие**

**Ответственному за проведение Игр отважных в образовательной организации для участия необходимо:**

— зарегистрировать общеобразовательную организацию в Системе спорт.рдш.рф (если образовательная организация еще не зарегистрирована);

— подать заявку на участие на странице Игр отважных в Системе спорт.рдш.рф и прикрепить к ней заполненную заявку Приложение №1 к Регламенту;

— подать отчет и итоговый протокол о проведении I школьного этапа (Приложение №3 к Регламенту). (В случае победы в следующих этапах – итоговые протоколы этапа, в котором была одержана победа (Приложение №4 к Регламенту) в личном кабинете школы в Системе спорт.рдш.рф.) Сканы итоговых протоколов прикрепляются в отчет одним файлом, в формате pdf.

— подать заявку на участие во II (муниципальном) этапе в Оргкомитет по электронной почте [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru) с пометкой «Спортивный фестиваль» (Приложение №2 к Регламенту)

#### **Программа "Игры отважных"**

Соревнования I этапа «Игры отважных» – личные.

Соревнования II (муниципального) этапа «Игры отважных» – командные.

Спортивная программа I, II этапов «Игры отважных» включает «Тест Российского движения школьников», который состоит из двух частей:

- бег на 1000 метров (юноши, девушки);
- препятствий с элементами комплекса ГТО.

Состав команды одной общеобразовательной организации - 7 человек, в том числе 6 участников 16-17 лет (из них 3 юноши и 3 девушки) и 1 руководитель команды. Соревнования проводятся в соответствии с регламентом муниципального этапа по виду программы.

К участию в I (школьном) этапе допускаются обучающиеся общеобразовательных организаций основной медицинской группы здоровья при наличии медицинского заключения врача, в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 г. №1144н. Соревнования проводятся в личном зачете.

Ко II (муниципальному) этапу «Игры отважных», допускаются сборные команды общеобразовательных учреждений, сформированные из **победителей** I (школьного) этапа на основании итоговых протоколов «Игры отважных». Команда-победитель II (муниципального) этапа направляется на III (региональный) этап Фестиваля.

#### **ПРОГРАММА «ИГР ОТВАЖНЫХ»**

Спортивная программа II (муниципального) этапа «Игры отважных» включает в себя «Тест Российского движения школьников», который состоит из двух частей:

- бег на 1000 метров (юноши, девушки);
- полоса препятствий с элементами комплекса ГТО.

#### **Полоса препятствий:**

Полоса препятствий (трасса) состоит из пяти станций. Общая длина полосы —150 м. Участник перемещается от станции к станции бегом.

Каждый участник команды индивидуально преодолевает полосу препятствий.

<i>Станции</i>	<i>Юноши</i>	<i>Девушки</i>	<i>Штраф</i>
Старт	Спринтерский бег (30 м)		

1 станция	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	Упражнение, выполненное с нарушением* — не засчитывается. В случае если участник выполнил меньшее количество раз, он получает 10 штрафных секунд, за каждое невыполненное упражнение
	10 раз	12 раз	
2 станция	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз)		
	30 раз	10 раз	
3 станция	Приседание на двух ногах с гирей 16 кг хватом сзади	Приседание на двух ногах	Упражнение, выполненное с нарушением** — не засчитывается. В случае, если участник выполнил меньшее количество раз, он получает 5 штрафных секунд, за каждое невыполненное упражнение
	15 раз	30 раз	
4 станция	Прыжки через скакалку		-
	30 раз	30 раз	
5 станция	Поднимание туловища из положения лежа на спине		Упражнение, выполненное с нарушением“ - не засчитывается. В случае если участник выполнил меньшее количество раз, он получает 5 штрафных секунд, за каждое невыполненное упражнение
	35 раз	30 раз	
<i>Финиш</i>	Спринтерский бег		

\*выполнение упражнений оценивается в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утверждёнными Минспорта России от 01.02.2018 г.

\*\*Техника выполнения упражнения «Приседание на двух ногах с гирей 16 кг хватом сзади». Исходное положение — стоя, ноги на ширине плеч, гиря хватом за ручку двумя руками, за спиной. Приседания выполняются до касания гирей пола. После последнего приседания гиря ставится на пол.

Ошибки, в результате которых упражнение не засчитывается:

при выполнении упражнения был нарушен хват двумя руками;

при приседании гиря не коснулась пола;

после приседа нет возврата в исходное положение;

Если после выполнения всех повторений гиря не ставится, а бросается на пол, то это засчитывается, как ошибка и дается 5 штрафных секунд.

Техника выполнения упражнения «Приседание на двух ногах». Участник приседает до прямого угла между голенью и бедром, руки находятся в любом удобном для участника положении без упора в нижние конечности. После приседа участник возвращается в исходное положение.

Ошибки, в результате которых упражнение не засчитывается:

пятки во время выполнения приседаний поднимаются от пола;

руки упираются в нижние конечности;

угол между голенью и бедром составляет более 90 градусов.

Победители и призёры I этапа определяются по наименьшей сумме времени, затраченного на прохождение испытаний «Бег на 1000 м» и полоса препятствий — «Тест Российского движения школьников».

Победители и призёры командного зачёта II и III этапов определяются по наименьшей сумме времени, затраченного всеми членами команды на прохождение испытаний «Бег на 1000 м» и полоса препятствий — «Тест Российского движения школьников».

**Заявка на участие в 1 (школьном) этапе Всероссийского фестиваля  
«Игры отважных»**  
*(для размещения в личном кабинете школы на сайте спорт.рди)*

Заявка Прошу включить образовательную организацию

в состав участников Всероссийского фестиваля «Игры отважных». С Положением и правилами соревнований ознакомлен.

С условиями Положения согласен.

Директор

М.П.





**Итоговый протокол II этапа вида программы «Игры отважных»  
Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников**

(наименование муниципального образования)

Место	Наименование общеобразовательной организации	ФИО участников (юноши, девушки)	Бег 1000 м	Время преодоления полосы препятствий с элементами комплекса ГТО	Штрафные очки	Суммарное время команды с учетом штрафных очков
1		Юноши				
		Юноши				
		Юноши				
		Девушки				
		Девушки				
		Девушки				
2		Юноши				
		Юноши				
		Юноши				
		Девушки				
		Девушки				
		Девушки				
3		Юноши				
		Юноши				
		Юноши				
		Девушки				
		Девушки				
		Девушки				

Дата проведения «    »    202    г.

/  
Главный судья соревнований

\_\_\_\_\_  
Ф.И.О. (полностью)    подпись

/  
Главный секретарь соревнований

\_\_\_\_\_  
Ф.И.О. (полностью)    подпись  
МП

**СОСТАВ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ**

1. Председатель судейской коллегии – Быковских Н.Н., учитель физической культуры МБОУ СОШ №19
2. Каменова Л.И., учитель физкультуры МБОУ СОШ №10;
3. Юдина Н.В., учитель физической культуры МБОУ СОШ №6
4. Представитель УФиС г. Новочеркаска (по договоренности)

Соревнования по воздушно-силовой атлетике «Сила РДШ» в рамках II (муниципального) этапа Фестиваля, проводятся 14 февраля 2023 г. в 10.00 на базе спортивного комплекса МБОУ СОШ №19.

**Соревнования «Сила РДШ» - соревнование по воздушно-силовой атлетике для учащихся 1-10 классов.**

Соревнования личные. Участник выполняет за 1 минуту упражнения (одно или несколько). Задача - набрать наибольшее количество баллов.

**Возрастные категории:**

- обучающиеся 1-2 классов;
- обучающиеся 3-4 классов;
- обучающиеся 5-6 классов;
- обучающиеся 7-8 классов;
- обучающиеся 9-10 классов.

В I (школьном) этапе «Сила РДШ» может принять участие любой обучающийся общеобразовательной организации, зарегистрировавшийся на Сайте рдш.рф.

Максимальное количество победителей I этапа в общеобразовательной организации — 30 человек (15 мальчиков и 15 девочек — по 3 призера в пяти возрастных категориях).

Во II (муниципальном) этапе принимают участие победители и призеры I-го этапа «Сила РДШ». Максимальное количество победителей от муниципального образования – 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек — по 1 победителю в пяти возрастных категориях)

**Условия подведения итогов**

Победители и призеры «Силы РДШ» определяются по наибольшей сумме набранных баллов. В случае равного количества баллов у участников победа присуждается участнику, выполнившему наибольшее количество более высоко оцениваемых элементов. В случае равенства всех показателей победа отдается решением главного судьи участнику, который, по мнению судей наиболее технично выполнял упражнения.

**Программа мероприятия**

Перечень упражнений по воздушно-силовой атлетике вида программы "Сила РДШ" указан в Приложении №1 к Регламенту. Участник выполняет выбранные им упражнения в любом порядке, максимально возможное количество раз за один подход. На подход отводится 1 (одна) минута. Рекомендации по организации I - III этапов Фестиваля указаны в Приложении №7 к Регламенту.

**Подача заявок на участие**

Всем участникам Силы РДШ необходимо зарегистрироваться на Сайте рдш.рф.

Ответственному за проведение школьного этапа необходимо:

- зарегистрировать общеобразовательную организацию в Системе спорт.рдш.рф;
- подать заявку на участие на странице Веселых стартов в Системе спорт.рдш.рф и прикрепить к ней заполненную заявку Приложение №2 к Регламенту.

**По окончании I этапа:**

Представитель школы, ответственный за проведение Силы РДШ, должен загрузить в Систему спорт.рдш.рф во вкладку «Сила РДШ» в течение 5-ти дней с момента окончания этапа, но не позднее 31 января 2023 г. следующие материалы:

- сведения о победителях и призерах среди участников – отдельно среди мальчиков и девочек Приложение №6 к Регламенту (ФИО, класс, результат);
- сканированная копия итогового протокола школьного этапа (Приложение №5 к Регламенту);
- сканированная копия таблицы подсчета баллов (Приложение №4 к Регламенту);
- согласие на обработку персональных данных от победителя и призеров (шаблон скачать на сайте РДШ)
- подать заявку на участие во II (муниципальном) этапе в Оргкомитет по электронной почте [esteticka.tz@yandex.ru](mailto:esteticka.tz@yandex.ru) с пометкой «Спортивный фестиваль» (Приложение №3 к Регламенту).

**По окончании II (муниципального) этапа:**

Представитель школы, ответственный за проведение Силы РДШ, должен загрузить в Систему спорт.рдш.рф во вкладку «Сила РДШ» в течение 5-ти дней с момента окончания этапа, но не позднее 28 февраля 2023 года следующие материалы:

- сведения о победителях среди участников – отдельно среди мальчиков и девочек (ФИО, класс, ссылку на видеозапись выступления победителей, размещенную в социальных сетях (ВКонтакте, ссылка должна быть открытой для просмотра, в примечании к видеозаписи размещается хэштэг #СилаРДШ2023);
- скан таблицы подсчета баллов муниципального этапа (сканированная копия).

**Действия ответственного представителя школы на последующих этапах аналогичны.**

Соревнования проводятся в соответствии с регламентом муниципального этапа по виду программы «Сила РДШ»

### **ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ.**

Участники соревнуются в пяти категориях:

- обучающиеся 1-2 классов;
- обучающиеся 3-4 классов;
- обучающиеся 5-6 классов;
- обучающиеся 7-8 классов;
- обучающиеся 9-10 классов.

Каждая школа представляет на муниципальный этап соревнований Фестиваля 10 участников (5 мальчиков и 5 девочек по 1 победителю в пяти возрастных категориях).

**ПЕРЕЧЕНЬ УПРАЖНЕНИЙ ПО ВОЗДУШНО-СИЛОВОЙ АТЛЕТИКЕ ВИДА ПРОГРАММЫ  
«СИЛА РДШ»**

N	Название упражнения	Требования к выполнению*	Баллы
1	Подъем согнутых ног	Вис на перекладине хватом сверху. Поднимание коленей до уровня 90 градусов со сгибом в коленях, затем полное разгибание ног. <i>1 подъем ног - 1 балл. При неполном сгибании или разгибании ног повторение не засчитывается, т.е. 0 баллов.</i>	1
2	Перехват	Исходное положение: вис на перекладине хватом сверху. По очереди руки меняют хват "сверху" на хват "снизу". Фиксирование двух рук хватом "снизу" является окончанием упражнения. Возращение в исходное положение не является повторением упражнения. <i>1 повторение - 2 балла.</i>	2
3	Мах на турнике	Вис на турнике хватом сверху. Подъем туловища более чем на 45 градусов вперед за счет маха ногами вперед, затем подъем туловища назад более чем на 45 градусов за счет маха ногами назад. <i>1 повторение - 2 балла. При неполной амплитуде упражнение не засчитывается т.е 0 баллов.</i>	2
4	Подтягивание с рывком	Вис на перекладине. Допускается выполнение упражнения хватом сверху, хватом снизу, разноименным хватом. Сгибание и разгибание рук, одновременное, до положения «подбородок над перекладиной». Допускается рывок. <i>1 повторение - 3 балла. Если подтягивание не доходит до положения «подбородок над перекладиной», то упражнение не засчитывается, т.е. 0 баллов.</i>	3
5	Пронос ног между рук на перекладине	Допускается выполнение упражнения хватом сверху, хватом снизу. Путем сгибания и подъема, проносим ноги между руками под турником, затем полностью разгибая ноги до прямого состояния. Упражнение засчитывается как с выкручиванием назад, так и с выкручиванием вперед. <i>1 повторение - 2 балла. При неполном выпрямлении тела упражнение не будет засчитано, т.е. 0 баллов.</i>	3
6	Поднос прямых ног к перекладине	Упражнение выполняется из положения вися на перекладине, хватом сверху (ноги прямые вместе), путем подъема ног до касания перекладины, без рывков и раскачиваний. <i>1 повторение - 4 балла. Если не было касания ногами перекладины, то упражнение не засчитывается, т.е. 0 баллов.</i>	4
7	Отжимание в упоре на перекладине:	Исходное положение упор двумя прямыми руками над перекладиной. Одновременное сгибание и разгибание рук до положения плеч до 90 градусов над турником. После каждого выполнения упражнения требуется зафиксироваться в положении упора двух рук на перекладине сверху. <i>1 повторение - 4 балла.</i>	4

8	Армейское подтягивание	Вис на перекладине хватом сверху. Одновременное сгибание и разгибание рук до положения "подбородок над перекладиной". <i>1 повторение - 5 баллов. Если используется рывок или иные другие вспомогательные движения, то упражнение засчитывается как упр. №3 "Подтягивание рывком" - 3 балла.</i>	5
9	Подтягивание за голову	Вис на перекладине хватом сверху. Сгибание и разгибание рук, одновременное, без рывков и раскачивания, до касания перекладины задней частью шеи. <i>1 повторение - 6 баллов. Любой рывок либо сгибание ног в момент подтягивания считаются помощью в выполнении упражнения и засчитываются как подтягивание с рывком, т.е. 3 балла.</i>	6
10	Подтягивание с уголком	Вис на перекладине хватом сверху. Поднять прямые ноги под углом 90 градусов (уголок) и выполнить в этом положении подтягивание. <i>1 повторение - 7 баллов. Если ноги в момент подтягивания опускаются ниже горизонтали, то упражнение засчитывается как упр. №6 «Армейское подтягивание» - 6 баллов.</i>	7
11	Подъем переворотом	Вис на перекладине хватом сверху. Сгибание рук, с последующим подъемом ног вперед и вверх выше уровня перекладины, так, чтобы гриф оказался на уровне пояса. Затем участник переносит ноги за плоскость перекладины, и, используя их массу и маховое движение туловищем, осуществить переворот в упор. После каждого переворота необходимо зафиксировать выполненное упражнения в положении упора двух рук на перекладине сверху. <i>1 повторение - 8 баллов. Если по причине усталости упражнение не закончено, но было выполнено подтягивание, то упражнение засчитывается как упр. №3 «Подтягивание с рывком», т.е. 3 балла. Если по той же причине упражнение не закончено, но был выполнен поднос ног с касанием перекладины, то в этом случае засчитывается как упражнение №4, т.е. 4 балла.</i>	8
12	Подъем разгибом («Склёпка»)	Вис на перекладине хватом сверху. Поднос ног на перекладине через раскачивание на махе вперед. На махе назад ноги резко опускаются вниз, за счет чего делает выход в упор на две руки. <i>1 повторение - 10 баллов.</i>	10

13	«Капитанский подъем»	Исходное положение вниз головой, турник под коленями, хват сверху. Выпрямление тела вертикально вверх с максимальным прогибом в пояснице, затем при подтягивании вверх перенести ноги за перекладину. После каждого выполнения упражнения требуется зафиксироваться в положении упора двух рук на перекладине сверху. <i>1 повторение - 12 баллов.</i>	12
14	Выход силой на одну	Вис на перекладине на прямых руках хватом сверху. Подтягивание с поочередным подъемом рук в упор над перекладиной. Допускается рывок. <i>1 повторение - 10 баллов. Если в момент рывка ноги поднимаются выше пояса, то упражнение засчитывается как «Склёпка» упр. №5 и присваивается 5 баллов.</i>	15

15	Выход силой на две	Вис на перекладине, на прямых руках, хватом сверху. Подтягивание с одновременным подъемом рук в упор над перекладиной. Допускается рывок, без раскачиваний. <i>1 повторение - 20 баллов. Если в момент рывка ноги поднимаются выше пояса, то упражнение засчитывается как «Склепка» и присваивается 10 баллов.</i>	20
16	Подтягивание на одной руке с рывком	Вис на перекладине, на одной прямой руке (хват любой). Сгибание и разгибание руки до положения «подбородка над перекладиной». Вторая рука не касается рабочей руки и перекладины, при любом касании упражнение не засчитывается. Допускается раскачивание и рывок. Допускается кратковременный вис на двух руках только в нижнем положении (руки разогнуты) для отдыха и перехвата рук. <i>1 повторение - 20 баллов.</i>	30
17	Подтягивание на одной руке	Вис на перекладине, на одной прямой руке (хват любой). Сгибание и разгибание руки до положения «подбородка над перекладиной». Вторая рука не касается рабочей руки и перекладины, при любом касании упражнение не засчитывается. Раскачивание и рывок не допускается. Допускается кратковременный вис на двух руках только в нижнем положении (руки разогнуты) для отдыха и перехвата рук. <i>1 повторение - 50 баллов. Если используется рывок или иные другие вспомогательные движения, то упражнение засчитывается как упр. № 16 «Подтягивание на одной руке с рывком» - 30 баллов</i>	50

Приложение № 2  
к Регламенту вида программы  
«Сила РДШ»

### ЗАЯВКА

на участие в I этапе Всероссийского фестиваля «Сила РДШ» среди обучающихся общеобразовательных организаций (для размещения в личном кабинете школы на сайте [спорт.рдиш](http://спорт.рдиш))  
(субъект Российской Федерации)  
(полное наименование образовательной организации в соответствии с Уставом)

№ п/п	Ответственный за проведение и организацию школьного этапа	Контактный телефон	Почта	Кол-во обучающихся в 2021-2022 году
1				

Допущено к участию во всероссийском Фестивале

С Положением и правилами соревнований ознакомлены. С условиями Положения согласны. \_\_\_\_\_  
(подпись)

Директор образовательной организации \_\_\_\_\_  
*Ф.И.О. полностью, подпись, телефон)*

«\_\_»\_\_\_\_2022 г.  
(М.П. (гербовая)

Приложение № 3  
к Регламенту вида программы  
«Сила РДШ»

### ЗАЯВКА

на участие во II (муниципальном) этапе Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников в виде программы «Сила РДШ»

*(полное наименование образовательной организации в соответствии с Уставом )*

№ п/п	Фамилия Имя Отчество (полностью)	Дата рождения (дд.мм.гггг.)	Класс	Виза врача (допущен, дата осмотра, подпись врача, печать напротив каждого участника Фестиваля)
1				
2				
3				
...				

Допущено к участию во II этапе Фестиваля \_\_\_\_\_ обучающихся.  
(прописью)

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(ФИО)(подпись)

(М.П. медицинского учреждения)

Состав команды – \_\_\_ человек, в том числе \_\_\_ участников. Правильность заявки подтверждаю:

Директор ОО \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)  
Подпись

М.П.



Дата \_\_\_\_\_

Судья \_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

Судья на протоколе \_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

Старший судья по протоколу \_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

Дата \_\_\_\_\_

Председатель РО Российского движения школьников

\_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

МП

Приложение № 6  
к Регламенту вида программы  
«Сила РДШ»

### ИТОГОВЫЙ ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ

проведения I (школьного) этапа вида программы «Сила РДШ» Всероссийского спортивного фестиваля  
Российского движения школьников

(субъект РФ, населенный пункт, краткое наименование общеобразовательной организации)

Общее количество обучающихся общеобразовательной организации на 01.01.2023 –

№	ДАННЫЕ	ПОКАЗАТЕЛЬ
1	Дата проведения	
2	Количество турников в спортивном зале	
3	Количество судейских бригад	
4	Общее количество участников, из них	
	мальчиков	
	девочек	

Ответственный за проведение «Силы РДШ»:

ФИО \_\_\_\_\_ должность \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )  
М.П.



### **Рекомендации по организации I - III этапов вида программы «Сила РДШ» Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников**

Для участия в виде программы «Сила РДШ» Всероссийского спортивного фестиваля Российского движения школьников (Далее – соревнования «Сила РДШ») в образовательных организациях создается Штаб по проведению соревнований «Сила РДШ», куда входят представители администрации общеобразовательной организации, учителя физической культуры, волонтеры.

Штаб по проведению соревнований «Сила РДШ» формирует бригады судей. Судейская бригада должна состоять из четырех человек (судья, судья на протоколе, старший по протоколам, хронометрист) и рассчитана на один турник.

Судьи обязаны заблаговременно изучить Перечень упражнений по воздушно-силовой атлетике вида программы «Сила РДШ» (Приложение № 1 к Регламенту), настоящие Рекомендации и провести несколько тренировочных судейств.

Перед соревнованиями общеобразовательные организации, принимающие участие в Силе РДШ, размещают в школьных газетах, на своих сайтах, а также на информационных стендах следующую информацию:

- перечень упражнений по воздушно-силовой атлетике вида программы «Сила РДШ» (Приложение № 1 к Регламенту);

- объявление о проведении соревнований «Сила РДШ».

Общеобразовательные организации, принимающие участие в Силе РДШ подготавливает список всех участников (мальчиков и девочек) для контроля участия в Силе РДШ и заранее вписывать их в протоколы;

- самостоятельно обеспечивать безопасность проведения соревнований;

- готовить спортивный зал/площадку к соревнованиям: установить или проверить ранее установленные турники на надежность и безопасность (не менее 3 турников);

- обеспечить необходимое количество стандартных спортивных матов под каждым турником. Маты необходимо расположить таким образом, чтобы они находились в области возможного падения участника с перекладины при выполнении упражнения. При этом каждый участник выполняет упражнения с одной и той же стороны турника. Например, всегда лицом к судье;

- обеспечить допуск к соревнованиям всех участников медицинским работником, а также его дежурство на протяжении всех соревнований;

- провести инструктаж по технике безопасности для участников Силе РДШ;

- назначить и предоставить в распоряжение судейской бригады на время проведения соревнований четырех человек из числа преподавателей или родителей в качестве помощников судей. Они должны при необходимости подсаживать и подстраховывать участников во время выполнения упражнений;

- **обеспечить видеofиксацию выступлений участников II и III этапов Силы РДШ. Это необходимо для дальнейшей экспертизы в случае возникновения спорных ситуаций. В отсутствие записи выступление участника засчитано не будет.**

В день соревнований, за час до начала проведения, в образовательной организации должны находиться судейские бригады.

Перед началом соревнований рекомендуется провести парад-построение, на котором зачитывается приветствие организаторов соревнований. На построении поднимается флаг Российской Федерации под музыку Гимна России.

Ведущий протокола вызывает очередного участника к перекладине, в соответствии со списком.

Участник подходит к перекладине, представляется судье на протоколе и называет упражнения, которые он будет делать. Судья дает разрешение на выполнение упражнений и должен быть готов включить секундомер, как только участник примет исходное положение.

Участник принимает исходное положение – вис на прямых руках на перекладине. Судья, в свою очередь, произносит: «Старт». Хронометрист запускает секундомер.

После команды судьи участник начинает выполнять упражнения максимально возможное количество раз. Судья громко и четко произносит краткое название каждого выполненного технически верно упражнения. Судья на протоколе заносит данные в Итоговый протокол результатов (Приложение № 4 к Регламенту) под номером упражнения: знак единица («1») ставится столько раз, сколько повторов этого упражнения совершил участник. Участник выполняет выбранные им упражнения в

любом порядке, за один подход в пределах **1 (одной) минуты**. По истечении минуты судья дает команду «Стоп».

Каждое упражнение участник начинает выполнять из положения виса, руки прямые. Упражнения оцениваются в соответствии с Перечнем упражнений по воздушно-силовой атлетике вида программы «Сила РДШ» (Приложение № 1 к настоящему Регламенту). Если при выполнении очередного упражнения оно было выполнено неправильно, то участник все равно продолжает выполнять заявленные упражнения, за которые ему присуждаются баллы. При оценке некорректно выполненных упражнений так же следует руководствоваться правилами Перечня упражнений по воздушно-силовой атлетике вида программы «Сила РДШ» (Приложение № 1 к Регламенту).

Во время проведения соревнований обучающимся, преподавателям, родителям и любым представителям образовательной организации, не входящим в судейские бригады, запрещается знакомиться с Итоговым протоколом результатов.

Итоговый протокол II (муниципального) этапа подписывается членами судейской коллегии.

**СОСТАВ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ.**

1. Председатель судейской коллегии: Кортаева В.Я., руководитель ГМО педагогов-организаторов ОБЖ, педагог-организатор ОБЖ МБОУ СОШ №19;
2. Жамкочян Р.И., руководитель ГМО учителей физической культуры, учитель МБОУ «Лицей №7»;
3. Быковская Н.Н., учитель физической культуры МБОУ СОШ №19
4. Представитель УФС г. Новочеркаска (по договоренности)

### **1. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ТУРНИРА.**

Турнир «Шахматы» в рамках II (муниципального) этапа Фестиваля проводится 16 февраля 2023 года на базе МАУ ДО «ЦВД «Эстетика», по адресу: ул. Александровская, 91. Начало турнира в 13.00.

Для участия в муниципальном этапе в Оргкомитет подается заявка образовательной организации по форме (Приложение к Регламенту №1)

### **2. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА.**

В Турнире принимают участие обучающиеся 1-11 классов (6-17 лет) общеобразовательных организаций, зачисленных в данную организацию не позднее 1 сентября 2021 г.

Турнир проводится в двух возрастных группах:

- 6-14 лет (2008-2015 гг.);
- 15-17 лет (2004-2007 г.р.)

По итогам школьного этапа шахматного турнира, формируется сборная команда общеобразовательной организации в каждой возрастной группе или в какой-то одной возрастной группе для участия во II (муниципальном) этапе Фестиваля.

Состав команды общеобразовательной организации муниципального этапа: 8 обучающихся и 1 руководитель, из них 2 юноши и 2 девушки – 6-14 лет (2008-2015 г.р.), 2 юноши и 2 девушки – 15-17 лет (2004-2007 г.р.). Допускается состав команды, состоящий только из одной возрастной группы и руководителя, если не набирается полный состав. Руководитель команды назначается директором общеобразовательной организации.

### **3. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ.**

Турнир проводится в соответствии с действующими правилами вида спорта «Шахматы» (утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 декабря 2020 г. №988).

### **4. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ.**

Командные места в муниципальном этапе Турнира определяются по сумме набранных командой очков (победа – 2 очка, ничья – 1 очко, поражение – 0 очков). При равенстве результатов преимущество определяется по дополнительным показателям в порядке убывания значимости:

- по суммарному количеству очков, набранных всеми игроками команды;
- по результатам матчей между собой;
- по числу командных побед;
- по лучшим результатам на досках согласно поданной заявке (последовательно – 1,2,3, и т.д.)

#### ЗАЯВКА

на участие во II (муниципальном) этапе Всероссийского спортивного фестиваля по виду программы  
«Шахматы»

---

(полное наименование образовательной организации согласно Устава, адрес, телефон)

Данные руководителя команды (учителя/тренера): \_\_\_\_\_

(Фамилия Имя Отчество)

Должность \_\_\_\_\_

Телефон, e-mail \_\_\_\_\_

Состав команды среди старших школьников (15 – 17 лет (2005 – 2008 г. р.)

№ доски в команде	Фамилия Имя Отчество	Класс	Дата рождения (дд.мм.гггг.)
1-я доска (мальчик)			
2-я доска (мальчик)			
3-я доска (девочка)			
4-я доска (девочка)			

Состав команды среди младших школьников (6 - 14 лет (2009 – 2016 г. р.)

№ доски в команде	Фамилия Имя Отчество	Класс	Дата рождения (дд.мм.гггг.)
1-я доска (мальчик)			
2-я доска (мальчик)			
3-я доска (девочка)			
4-я доска (девочка)			

Правильность заявки подтверждаю:

Директор общеобразовательной организации \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

М.П.

Приложение №2  
к Регламенту «Шахматы»

### **СОСТАВ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ.**

1. Корнюков А.И., судья международной категории;
2. Городничев Д.В., педагог дополнительного образования МАУ ДО «ЦВД «Эстетика».
3. Представитель УФКиС г. Новочеркаска (по согласованию)