

Утверждаю

Председатель Амурского регионального
отделения общероссийской общественной
организации «Союз пенсионеров России»


_____ Е.П. Самбур
« 8 » _____ 2022 год


Утверждаю

Министр социальной защиты населения
Амурской области


_____ Н.В. Киселева
« 11 » _____ 2022 год

Утверждаю

Генеральный директор государственного
автономного учреждения Амурской области
«Региональный центр спортивной подготовки»


_____ Е.И. Лобанов
« 10 » _____ 2022 год

Утверждаю

Министр по физической культуре и спорту
Амурской области


_____ И.Г. Кутека
« 12 » _____ 2022 год

ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении XI Спартакиады пенсионеров Амурской области под девизом
«За активное долголетие».

г. Благовещенск

I. Общие положения.

1.1. XI Спартакиада пенсионеров Амурской области под девизом «За активное долголетие». (далее - Спартакиада) проводится в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Амурской области на 2022 год.

Спартакиада проводится в целях:

- пропаганды и популяризации ценностей физической культуры и спорта среди пожилых людей, как важного фактора активного долголетия;
- привлечения людей старшего возраста к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
- распространения опыта проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий среди пенсионеров в городских округах и муниципальных районах Амурской области;
- активизации деятельности региональных отделений Союза пенсионеров России, других общественных организаций по физкультурно-массовой и оздоровительной работе с лицами пенсионного возраста.
- совершенствования двигательной активности пожилых людей, повышения уровня их физического, психологического и социального благополучия;
- примера долголетия в спорте для подрастающего поколения;
- отбора победителей для участия в VII Спартакиаде пенсионеров России в 2022 году.

II. Место и сроки проведения.

Спартакиада проводится в три этапа:

1 этап: массовые соревнования в городских округах и муниципальных районах Амурской области (апрель - май 2022 года).

2 этап: финал региональной Спартакиады.

Финал Спартакиады проводится 03-04 июня 2022 года в г. Благовещенск.

3 этап: Спартакиада проводится в г. Белгород в августе 2022 года.

III. Организаторы спартакиады.

3.1 Общее руководство подготовкой и проведением Спартакиады осуществляется министерством по физической культуре и спорту Амурской области, министерством социальной защиты населения Амурской области, Амурским региональным отделением общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России».

3.2 Непосредственное проведение Спартакиады возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную приказом государственного автономного учреждения Амурской области «Региональный центр спортивной подготовки (далее - ГАУ АО «РЦСП»),

3.3 Организационную работу по подготовке и проведению

соревнований в городских округах и муниципальных районах Амурской области совместно с городскими и районными отделениями Союза пенсионеров России, органами социальной защиты населения и федерациями по видам спорта.

IV. Требования к участникам и условия их допуска.

4.1 К участию в соревнованиях на всех этапах Спартакиады допускаются мужчины - 60 лет и старше, женщины - 55 лет и старше (возраст определяется на день начала соревнований 1 этапа), имеющие спортивный разряд не выше кандидата в мастера спорта в заявленном для участия виде программы.

4.2 К участию в соревнованиях 3 этапа Спартакиады допускаются сборные команды субъектов Российской Федерации или команды-победители командного первенства II этапа.

4.3 Состав команды от городских округов и муниципальных районов Амурской области: 11 человек, в том числе 10 участников (5 мужчины и 5 женщины) и 1 руководитель делегации. Один участник команды может выступать не более чем в двух видах программы (кроме комбинированной эстафеты, ВФСК ГТО, дартса), входящих в общекомандный зачет Спартакиады.

4.4 В соревнованиях могут участвовать команды с неполным составом.

4.5 Допуск к соревнованиям II этапа осуществляется по решению комиссии по допуску участников (далее - Комиссия), созданной организаторами. Замена участника по неотложным обстоятельствам возможна из состава участников муниципального этапа Спартакиады, показавших лучшие результаты в личном первенстве.

4.6 В случае нарушения условий отбора, допуска к соревнованиям и порядка подачи заявки, команды могут быть допущены к участию в Спартакиаде с начислением штрафных баллов в соответствии с решением Комиссии.

4.7 Допускается по согласованию с организаторами проезд сопровождающих лиц за счет средств командующих организаций.

4.8 Команда должна иметь флаг своего городского округа и муниципального района Амурской области Российской Федерации или организации, Союза пенсионеров России, а также единую спортивную и парадную формы с эмблемами городских округов и муниципальных районов Амурской области и регионального отделения Союза пенсионеров России. Допускается размещение на форме логотипов партнеров и спонсоров команды.

V. Программа спартакиады.

День приезда команд 2 июня 2022 года.

День отъезда команд 4 июня 2022 года.

Приезд команд на финальные соревнования (для команд из отдаленных городских округов и муниципальных районов Амурской области) 2 июня 2022

года, отъезд 4 июня 2022 года.

Прохождение мандатной комиссии по допуску к участию в Спартакиаде 3 июня 2022 года с 09.00 до 11.20 ч. западная трибуна (судейская №6), 11.30ч. заседание судейской коллегии (стадион «Амур», легкоатлетический манеж).

Команда, опоздавшая на регистрацию без уважительной причины в комиссию по допуску, к соревнованиям не допускается.

Команды прибывают к месту соревнований самостоятельно.

№ п/п	Виды программы	Количество участников		Сроки проведения
		Мужчины	Женщины	
1	Плавание	1	1	3 июня
2	Комбинированная эстафета	4	4	3 июня
3	Выполнение нормативов испытаний (тестов) В ФСК ГТО (вне зачета)	Все участники команды		4 июня
4	Комплекс упражнений утренней зарядки	Все участники команды		4 июня
5	Настольный теннис	1	1	3-4 июня
6	Шахматы	1	1	3-4 июня
7	Легкая атлетика (кросс)	1	1	4 июня
8	Пулевая стрельба	1	1	3-4 июня
9	Дартс	2	2	3-4 июня
10	Конкурс семейных пар	Сборная команда		4 июня

В программе возможны изменения.

Плавание.

Соревнования личные. В соревнованиях принимают участие 2 человека от команды (1 мужчина, 1 женщина).

Дистанция 50 м (вольный стиль).

Система проведения соревнований определяется судейской коллегией.

Победитель определяется по лучшему результату участников, раздельно среди мужчин и женщин.

Комбинированная эстафета

Соревнования командные. В соревнованиях принимают участие все члены команды. Каждый участник принимает участие только в одном этапе эстафеты.

Этапы комбинированной эстафеты: 1(Ж) северная (скандинавская) ходьба, 2 (М) ведение футбольного мяча, 3 (Ж) броски мяча в баскетбольную корзину, 4 (М) метание дротиков по мишени, 5 (Ж) бег с теннисной ракеткой и чеканкой мяча, 6 (М) бег с препятствиями с преодолением четырёх легкоатлетических барьеров под планкой, 7 (Ж) гладкий бег, 8 (М) удары футбольным мячом по хоккейным воротам.

Броски мяча в баскетбольную корзину выполняются до первого попадания из трех попыток. Метание дротиков - до первого попадания в мишень из трех попыток. Удары футбольным мячом по футбольным воротам - до первого попадания в ворота из трех попыток. За каждый невыполненный или выполненный с нарушением этап начисляются штрафы (Приложение № 3).

Победитель и призеры определяются по наименьшему времени, затраченному на эстафету.

Выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО.

Выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО осуществляется вне зачета Спартакиады по следующим ступеням ВФСК ГТО:

IX ступень - женщины 55-59 лет;

X ступень - женщины, мужчины 60-69 лет;

XI ступень - женщины, мужчины 70 лет и старше.

Тестирование проводится по следующим видам испытаний (тестов):

- поднимание туловища из положения лежа на спине (мужчины, женщины, все ступени);

наклон вперед из положения стоя ногами на полу (мужчины, женщины, все ступени);

-сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины IX ступень); -сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (мужчины, женщины, X ступень);

-сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (мужчины, женщины, XI ступень).

Комплекс упражнений утренней зарядки.

Комплекс упражнений утренней зарядки включает в себя упражнения с элементами аэробики. Участвуют члены команды, кроме участников соревнований по легкой атлетике.

Настольный теннис.

Соревнования личные, состав 2 человека от команды (1 мужчина, 1 женщина). Соревнования проводятся среди мужчин и женщин отдельно. Система проведения соревнований определяется на заседании судейской коллегии.

Шахматы.

Соревнования личные. В соревнованиях принимают участие 2 человека (1 мужчина и 1 женщина).

Соревнования проводятся по правилам быстрых шахмат.

Система соревнований определяется ГСК в зависимости от количества участников.

Победитель определяется по лучшему результату отдельно среди мужчин и женщин.

Легкая атлетика (кросс).

Соревнования личные Состав команды 2 человека (1 мужчина и 1

женщина).

Дистанции: бег 1000 м - мужчины, бег 1000 м - женщины.

Победитель в личном первенстве определяется по лучшему результату участников отдельно среди мужчин и женщин.

Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых всеми участниками команды.

Пулевая стрельба.

Соревнования личные. В соревнованиях принимают участие два человека от команды (1 мужчина и 1 женщина).

Стрельба выполняется из пневматического оружия, предоставленного организаторами (пневматическая винтовка МР - 532, вес винтовки - 4200 г, прицел диоптрический, мушка кольцевая, пульки GamoMatch к.4,5 мм) на дистанцию 10м по неподвижной мишени №8.

Стрельба выполняется стоя с руки без упора.

Разрешается использовать личный стрелковый костюм или стрелковую куртку, стрелковую перчатку (рукавицу).

Перед выходом каждой смены на стартовые позиции судьёй будет проведён инструктаж по мерам безопасности при обращении с оружием, правилам выполнения упражнения и поведения на огневом рубеже.

При каждой команде на огневом рубеже будет находиться секторный судья, который будет контролировать соблюдение участниками правил и мер безопасности и проверять, разряжено ли оружие спортсмена, окончившего выполнять упражнение.

Количество выстрелов: пробных - 5, зачётных - 10. Время на выполнение пробных выстрелов - 7 минут, на выполнение зачетных выстрелов - 15 минут.

Количество мишеней: пробная - 2, зачётная - 10. Каждая зачётная мишень пронумерована и содержит информацию с данными участника.

Зачётные выстрелы в чужую мишень засчитываются как промахи.

Победители определяются по наибольшей сумме очков отдельно среди мужчин и женщин.

Дартс.

Соревнования лично-командные. В соревнованиях могут принимать участие все члены команды. В зачет идут 4 лучших результата 2 женских и 2 мужских результата.

Система проведения соревнований определяется ГСК.

Выполняются 1 пробный подход (3 дротика) по мишени, затем 10 подходов по 3 дротика зачетных. Соревнования проводятся по упражнению - набор очков (в зачет идут все дротики, попавшие в мишень, в т.ч. в сектора, сектора удвоения, сектора утроения и центр мишени bull и bull, s eye, при этом упавшие, отскочившие, не коснувшиеся иглой мишени дротики, а также не попавшие в сектора мишени дротики в зачет не идут). Участникам команды, не принявшим участие в соревновании, присуждается последнее место.

Соревнования проводятся на мишенях организаторов,

соответствующих требованиям правил вида спорта «дартс» для проведения соревнований уровня не ниже всероссийских. Каждый участник должен иметь набор дротинов, которые являются личным снаряжением. Характеристики дротинов должны соответствовать требованиям правил вида спорта «дартс» (утверждены приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21 декабря 2018 года № 1067, п. 5.4). В случае отсутствия у участников дротинов, спортивный инвентарь может быть предоставлен организаторами соревнований. Победитель в личном первенстве определяется по лучшему результату среди участников отдельно среди мужчин и женщин.

Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых всеми участниками команды.

Конкурс семейных пар.

Конкурс проводится при участии не менее 5 (пять) семейных пар. Состязания в конкурсе семейных пар:

1. Презентация семейной пары (1 - 1,5 мин.) которая в себя включает озвучивание названия команды, ее речёвка и представление талисмана.

2. Мужчина ведет футбольный мяч ногами между конусами, передает эстафету касанием руки женщине, женщина ведет баскетбольный мяч рукой между конусами. Победители определяются по наименьшему (суммарному времени) затраченному семейной парой.

3. Броски мяча в баскетбольную корзину, каждый член команды делает по 5 бросков. Каждое попадание 1 очко.

4. От стартовой линии мужчина бежит до конуса, где лежит обруч. Надевает обруч и бежит к исходной позиции, где стоит женщина (член команды). Она берет рукой за обруч за его спиной, и они оба бегут к финишу, где изначально лежал обруч, оставляя его там же.

5. У стартовой линии лежат 3 мяча. У финишной линии 3 обруча. Женщина берет один мяч и бежит с ним к обручу, кладет мяч в обруч и возвращается обратно, перенося оставшиеся мячи. Мужчина бежит к обручу, берет мяч и бежит с ним к стартовой линии. Выполняя тоже самое, с оставшимися двумя мячами.

VI. Условия подведения итогов

6.1 В соревнованиях Спартакиады разыгрываются:

6.2 Личное первенство среди мужчин и женщин;

6.3 Командное первенство определяется без деления на городские округа и муниципальные районы;

6.4 Общекомандное первенство определяется отдельно среди городских округов и муниципальных районов;

6.6 Личные и командные места по видам программы определяются согласно правилам видов спорта, утвержденным Минспортом России и положению о соревнованиях.

6.7 Общекомандное первенство среди команд городских округов и

муниципальных районов Амурской области определяется по наименьшей сумме мест, занятых в следующих видах программы: плавание, легкая атлетика, настольный теннис, дартс, пулевая стрельба, шахматы, комбинированная эстафета. В случае равенства суммы мест команда, занявшая более высокое место в соревнованиях в комбинированной эстафете, занимает более высокое место в итоговом зачете.

6.8 Общекомандный зачет определяется по лучшим результатам 4 мужчин и 4 женщин.

6.9 За неучастие в обязательном виде программы Спартакиады команде присваивается последнее место в данном виде.

VII. Награждение.

7.1 Участники, занявшие 1 -3 места в личных видах программы Спартакиады, награждаются медалями и грамотами министерства по физической культуре и спорту Амурской области.

7.2 Команды, занявшие 1-3 места в командных видах программы, награждаются кубками и дипломами министерства по физической культуре и спорту Амурской области. Участники данных команд награждаются медалями и грамотами министерства по физической культуре и спорту Амурской области.

7.3 Команды, занявшие с 1 по 3 место в общекомандном зачете, награждаются кубками и дипломами министерства по физической культуре и спорту Амурской области.

7.4 Участники установленных дополнительных номинаций награждаются памятными сувенирами СПР, Министерства социальной защиты населения Амурской области, партнеров и спонсоров:

- самый старший участник;
- самая старшая участница;
- семейная пара.

VIII. Условия финансирования.

8.1 ГАУ АО «РЦСП» несет расходы, связанные с награждением, приобретению медалей, грамот, дипломов, кубков, оплате питания в дни соревнования судейской бригады, рабочей бригады, медицинского персонала, обеспечению транспортом для обслуживания Спартакиады.

8.2 Амурское региональное отделение общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России» несет расходы по приобретению призов в двух номинациях.

8.3 Министерство социальной защиты населения Амурской области несет расходы по награждению победителей и призеров (за 1,2,3 места) в конкурсе семейных пар.

8.4 Расходы по проезду, проживанию и питанию сопровождающих лиц, обслуживающего персонала, в том числе водителей, осуществляется за счет командирующих организаций.

8.5 Расходы по командированию участников команд на финальные

соревнования (проезд в оба конца, суточные в пути, страхование, питание дни соревнования) обеспечивают командирующие организации.

8.6 Страхование участников Спартакиады осуществляется за счет средств командирующих организаций.

IX Обеспечение безопасности участников и зрителей.

9.1 Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353, а также требованиям правил видов спорта, включенных в программу Спартакиады.

9.2 Соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

9.4 Оказание скорой медицинской помощи и допуск участников осуществляются в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (далее - приказ Минздрава России № 1144н).

9.5 Соревнования проводятся в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденным Минспортом России и Роспотребнадзором.

X. Страхование участников

10.1 Участие в Спартакиаде осуществляется только при наличии полиса (оригинал) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника соревнований.

10.2 Страхование участников Спартакиады может осуществляться как за счет средств командирующих организаций, так и за счет внебюджетных средств, в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

XI. Подача заявок на участие.

11.1 Предварительные именные заявки по установленной форме, заверенные руководителями органов исполнительной власти муниципальных образований Амурской области в области физической культуры и спорта, и региональных отделений Союза пенсионеров России подаются в Правление Амурского регионального отделения ООО «Союз пенсионеров России» и в ГАУ АО «РЦСП» до 27 мая 2022 г. по адресам:

г. Благовещенск, ул. Зейская, 173а, тел. 8(4162) 20 - 23 -
42 г. Благовещенск, ул. Ленина, 160 тел. 8(4162)772 -
032, e-mail: rcsp-ppsm@mail.ru

Предварительную именную заявку (Приложение №1), копию протокола соревнований I этапа Спартакиады, анкеты участников соревнований (заполняется в произвольной форме информация о команде).

В день приезда руководитель команды представляет в комиссию по допуску участников:

- оригинал именной заявки, заверенной руководителем органа исполнительной власти муниципальных образований в области физической культуры и спорта и регионального отделения Союза пенсионеров России (Приложение № 1);
- паспорт гражданина Российской Федерации на каждого участника Спартакиады и его копию;
- медицинское заключение на каждого участника, выданное лечебным учреждением по месту жительства на основании приказа Минздрава России от 01.03.2016 N 1114н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, занимается физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- полис (оригинал) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения Спартакиады;
- копию полиса обязательного медицинского страхования.
- анкеты участников соревнований.
- техническая заявка (Приложение №2);
- информация о составе команды на финале не более половины листа формата А - 4, в электронном виде обязательно (для представления на параде).
 - **Замена участника соревнований по неотложным обстоятельствам после подачи предварительной заявки возможна только из числа участников первого этапа Спартакиады по согласованию с СПР (с предоставлением протоколов об участии в первом этапе Спартакиады).**
 - Мандатная комиссия проверяет представленные документы и принимает решение по допуску участников команд. Результаты работы мандатной комиссии объявляются на совещании представителей команд в день приезда.

- Телефоны для справок по вопросам организации Спартакиады:
ГАУ АО «РЦСП», Ленина, 160 8(4162)772032
- г. Благовещенск, ул. Зейская, 173а, тел. 20 - 23 - 42 Самбур Елена Петровна, Голобокова Людмила Николаевна.

Заявка
на участие в XI спартакиады пенсионеров Амурской области под девизом «За активное долголетие»
от команды _____

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Дата рождения	Паспортные данные	Виза врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Всего допущено _____ человек

Глава города _____ / _____
 (Подпись, расшифровка)

Руководитель команды _____ / _____
 (Подпись, расшифровка)

М.П.

Врач _____ / _____
 М.П.(медицинского учреждения)

Техническая заявка

на участие в XI спартакиады пенсионеров Амурской области под девизом «За активное долголетие»
от команды г. _____

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Дата рождения	№ Уч-ка	Плавание	комбинированная эстафета	Настольный теннис	Шахматы	Легкая атлетика (кросс)	Пулевая стрельба	Дартс	Конкурс Семейных пар
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											

Представитель команды:

XI Спартакиада пенсионеров Амурской области под девизом «За активное
долголетие».

Этап: Комбинирования эстафета.

№	Название этапа	Условия прохождения
1(Ж)	Северная (скандинавская) ходьба	Пройти этап 50 м, работая руками на каждый шаг, т.е. левая рука - правая нога и наоборот. Нельзя переходить на бег, должен быть постоянный контакт с землей. Участник, пробежавший этап - дисквалифицируется. При нарушении на отрезке 10 м- штраф 5 сек.
2(М)	Ведение футбольного мяча	Пробежать 50 м, ведя футбольный мяч между 4-х конусов, выставленных на дорожке. За не прохождение конуса - штраф 5 сек.
3(Ж)	Броски мяча в баскетбольную корзину	Вести мяч по баскетбольным правилам до щита, выполнить бросок в корзину, при попадании вести мяч до финиша этапа. При непопадании, то дается еще 2 попытки, если и эти попытки мимо, то оббежать баскетбольную стойку с ведением мяча и финишировать.
4(М)	Метание дротиков по мишени	Пробежать отрезок от старта этапа до мишени (2,37м до мишени) взять дротик, выполнить бросок в цель при попадании продолжить бег до финиша этапа. При непопадании дается еще 2 попытки, если и они мимо, то нужно оббежать вокруг щита и бежать до финиша.
5 (Ж)	Бег с теннисной ракеткой и чеканкой мяча	Пробежать 50 м., удерживая мяч (мяч для хоккея с мячом) на ракетке настольного тенниса. В случае падения мяча, поднять мяч, продолжить бег с места падения мяча. За нарушение штраф 5 сек.
6(М)	Бег с препятствиями с преодолением четырёх легкоатлетических барьеров под планкой	На этапе 4 барьера высотой 106 м. Пробежать 50 м., преодолевая барьеры под планкой. Пропущенный барьер - штраф 5 сек.
7(Ж)	Гладкий бег	
8(М)	Удары футбольным мячом по хоккейным воротам	Пробежать отрезок от старта этапа до линии удара по воротам. Ударить по воротам мячом и продолжить бег до финиша. При непопадании дается еще 2 попытки, если 3 удара мимо, то оббежать ворота и финишировать. Ширина ворот 100 см, расстояние до цели 700 см.