



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Политехнический колледж городского хозяйства»  
Организационно-правовая документация

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
от 29.06. 2023  
№ 595 - ОД

## ПОЛОЖЕНИЕ

### О ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВОЕННО-ПРИКЛАДНОМУ ДВОЕБОРЬЮ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА»

Санкт-Петербург - 2023

	Должность	Фамилия, И.О.	Подпись	Дата
Разработал	Начальник ССК	Петрова В.А.		29.06.2023
Согласовано	Зам. директора по УМР	Барсукова С.В.		29.06.2023
Согласовано	Зам. директора по воспитательной работе	Шумакевич Н.В.		29.06.2023
Согласовано	Начальник отдела ДОУ	Шорина А.В.		29.06.2023

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора  
от 29.06. 2023  
№ 595 -ОД

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о проведении соревнований по военно-прикладному двоеборью среди учащихся Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Политехнический колледж городского хозяйства»

#### 1. Общие положения

1.1. Настоящее положение определяет цели и задачи, порядок организации, проведения, категории участников и содержание соревнований по военно-прикладному троеборью среди учащихся СПб ГБПОУ «ПКГХ» (далее – Учреждение).

#### 2. Цели и задачи

2.1. Соревнования проводятся с целью:

2.1.1. Развитие патриотического воспитания, формирования у подростков и молодежи сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности.

2.1.2. Развитие практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремлении к здоровому образу жизни, совершенствовании морально-психологической и физической подготовки.

2.1.3. Привлечение молодежи к регулярным занятиям спортом, здоровому образу жизни, к занятиям военно-прикладными видами спорта.

2.1.4. Развитие спортивных связей и обмена опытом между группами; выявление наиболее подготовленных групп.

2.1.5. Повышение личного мастерства участников.

2.1.6. Подготовка к службе в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации.

2.2. В ходе проведения соревнований решаются задачи:

2.2.1. Повышение качества содержания работы по патриотическому воспитанию молодежи, подготовки ее к военной службе, популяризации военно-прикладных и технических видов спорта.

2.2.2. Утверждение в сознании молодежи патриотических ценностей, взглядов, идеалов, уважения к историческому и культурному прошлому города Санкт-Петербурга, Ленинградской области и России, повышение престижа службы на благо Родины в Вооруженных силах России и органах МВД.

2.2.3. Проверка уровня знаний, навыков и умений по основам безопасности жизнедеятельности человека, основам военной службы (начальной военной подготовке), прикладной и физической подготовке.

7.1.3. Выполнение осуществляется в виде тестового подхода в 30 сек. для каждого упражнения. Отдых между упражнениями не предусмотрен. На смену положения отводится 5 сек.

7.1.4. Для **отжиманий** участник, по команде судьи, занимает положение в упоре лежа (корпус прямой, ноги вместе). Судья дает предупредительную команду «Внимание, после которой идет исполнительная команда «Старт». Одновременно с командой «Старт» включается секундомер. Отжимания фиксируются судьей только после касания грудью пола или 5 см. контактной платформы. Руки стоят на ширине плеч, локти касаются боков или отведены не более чем на 45°.

**Запрещено:** касание земли коленями.

После истечения контрольного времени (30 сек.) следует команда «Стоп» и подсчет отжиманий заканчивается. Результат записывается в протокол.

7.1.5. Для **пресса** участник по команде судьи занимает положение лежа на спине руки над головой. Судья дает предупредительную команду «Внимание», после которой идет исполнительная команда «Старт». Одновременно с командой «Старт» включается секундомер. Подъем туловища фиксируются судьей только после касания носков прямых ног. После касания ноги и лопатки должны коснуться пола.

**Запрещено:** подтягивание себя руками.

После истечения контрольного времени (30 сек.) следует команда «Стоп» и подсчет поднятий корпуса и ног заканчивается. Результат записывается в протокол.

7.1.6. Для **«приседания»** участник, по команде судьи, занимает положение стоя, ноги на ширине плеч, стопы параллельно. Судья дает предупредительную команду «Внимание», после которой идет исполнительная команда «Старт». Одновременно с командой «Старт» включается секундомер. Выполнение фиксируются судьей только после выпрямления коленей .

**Запрещено:** отрывать пятки от пола.

После истечения контрольного времени (30 сек.) следует команда «Стоп» и подсчет заканчивается. Результат записывается в протокол.

7.1.7. Результат учитывается по среднему баллу команды (общее кол-во правильных упражнений делят на кол-во участников) и записывается судьей в протокол.

## **2-й этап:**

7.2. Полоса препятствия

7.2.1. Соревнования по прохождению полосы препятствия проводятся с целью совершенствования, навыков и умений по основам военной службы (начальной военной подготовке), прикладной и физической подготовке.

7.2.2. Соревнования проводятся по прямой с правильным преодолением восьми препятствий за наиболее короткое время.

**Запрещено:** пробегать мимо препятствия не проходя его, при падении не проходить его.

7.2.3. Результат учитывается по среднему баллу команды и записывается судьей в протокол.

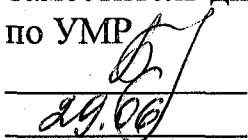
Начальник студенческого спортивного клуба



В.А.Петрова

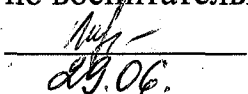
СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УМР



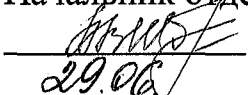
С.В. Барсукова  
2023

Заместитель директора  
по воспитательной работе



Н.В.Шумакевич  
2023

Начальник отдела ДОУ



А.В. Шорина  
2023

Приложение №1  
к Положению «О проведении  
соревнований  
по военно-прикладному  
троеборью среди учащихся  
СПБ ГБПОУ «ПКГХ»»

## ЗАЯВОЧНЫЙ ЛИСТ

**На участие в соревнованиях по военно-прикладному троеборью среди учащихся СПБ ГБПОУ «ПКГХ»**

Среди юношей и девушек в разделе КСУ, полоса препятствия

От

Место проведения: **спортивный зал №1, стадион**

Дата: **20\_\_ г.**

№ п/п	Фамилия, имя участника	Дата рождения	Группа	Врач

Перечисленные в списке лица прошли надлежащую подготовку и к соревнованиям готовы.

Допускаются к участию в соревнованиях \_\_\_\_\_ лиц.

Врач \_\_\_\_\_

