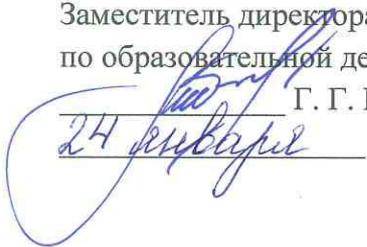


ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
"Всероссийский детский центр "Океан"
(ФГБОУ "ВДЦ "Океан")

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по образовательной деятельности


Г. Г. Рыбкин

24 января 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

* Директор
ФГБОУ "ВДЦ "Океан"


Н. В. Соловей

24 января 2025 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении военно-спортивной игры «Рубеж»

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«На страже Родины»

V смена (22 апреля – 12 мая)

г. Владивосток, 2025

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение определяет проведения военно-спортивной игры «Рубеж» (далее – Игра) в рамках дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «На страже Родины» в период с 22 апреля – 12 мая 2025 года (далее – Программа).

1.2. Организатор: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение "Всероссийский детский центр "Океан" (далее – Центр) при участии специалистов Пограничного управления Федеральной службы безопасности России по Приморскому краю (далее - ПУ ФСБ России по Приморскому краю).

1.3. Официальная информация о Программе размещена на портале Центра (www.ocean.org) в разделе «Смены 2025».

1.4. Непосредственную подготовку Игры осуществляет организационный комитет (далее – Оргкомитет) из числа сотрудников отдела спортивной работы управления физической культуры, спорта и туризма. Проведение Игры возлагается на главную судейскую коллегию из числа сотрудников Центра и ПУ ФСБ России по Приморскому краю.

1.5. Ответственность за создание безопасных условий, соблюдение мер безопасности, дисциплины и порядка участниками при проведении Игры возлагается на Оргкомитет.

1.6. Оргкомитет оставляет за собой право изменять и дополнять настоящее Положение.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

2.1. Игра проводится с целью формирования навыков начальной военной подготовки, физического и патриотического воспитания обучающихся посредством вовлечения их в Игру.

2.2. Задачи:

- воспитание чувства патриотизма, товарищества, ответственности;
- формирование здорового образа жизни;
- содействие подготовке юношей к службе в армии.

3. УЧАСТНИКИ ИГРЫ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

3.1. Для участия в Игре необходимо зарегистрироваться и подать заявку в автоматизированной информационной подсистеме «Путёвка» (далее - АИС «Путевка») посредством портала <https://ocean.org/>. Руководство пользователя по данной ссылке: <https://ocean.org/putevka/aiskud>. Срок подачи заявки не позднее, чем за 60 календарных дней до начала смены.

3.2. Участниками Игры являются обучающиеся 8 – 11 классов, воспитанники клубов «Юных пограничников», имеющие медицинское заключение о допуске к Игре, медицинскую страховку.

3.3. Команды формируются в первые три дня заезда Оргкомитетом.

4. ЭТАПЫ ИГРЫ

4.1. Игра состоит из пяти этапов: комплекс силовых упражнений (далее – КСУ), огневая подготовка, эстафета, турнир по военно-тактической игре «Лазертаг», военно-патриотическая игра «Сильная Россия».

4.2. Первый этап: КСУ для девушек.

4.2.1. *Поднимание туловища из положения, лёжа на спине.* Выполняется лежа на спине, на гимнастическом коврике, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются коврика, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнёром к полу (исходное положение – далее ИП).

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 мин., касаясь локтями бёдер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения испытания создаются пары, один из партнёров выполняет испытание, другой удерживает его ноги за ступни и голени.

Затем участники меняются местами.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- отсутствие касания локтями бёдер (коленей);
- отсутствие касания лопатками коврика;
- пальцы разомкнуты «из замка»;
- смещение таза.

4.2.2. *Сгибание-разгибание рук.* Выполняется в течение 2 минут. Упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Выполнение сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, может проводиться с применением «контактной платформы», либо без неё.

Участник, сгибая руки, касается грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в исходное положение (ИП) и, зафиксировав его на 1 сек., продолжает выполнение испытания/теста.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счётом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- отсутствие фиксации на 1 сек. ИП;
- поочередное разгибание рук;
- отсутствие касания грудью пола (платформы);
- разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.

В случае касания пола коленями, бёдрами, тазом, попытка считается завершённой.

В упражнениях участвуют все девушки команды.

4.3. Первый этап: КСУ для юношей.

4.3.1. *Поднимание туловища из положения, лёжа на спине.* Выполняется лёжа

на спине, на гимнастическом коврике, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнёром к полу.

Участник выполняет максимальное количество поднимании туловища за 1 мин, касаясь локтями бёдер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных поднимании туловища.

Для выполнения испытания создаются пары, один из партнёров выполняет испытание, другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- отсутствие касания локтями бёдер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- пальцы разомкнуты «из замка»;
- смещение таза.

4.3.2. *Подтягивания на высокой перекладине* – 3 мин. Вис хватом сверху на прямых руках. Положение виса упора фиксируется. При выполнении подтягивания подъём выполняется до пересечения перекладины с подбородком, после чего необходимо вернуться в исходное положение. Не разрешается сгибание и разведение ног, отклонение тела от неподвижного положения, выполнение упражнения махом и рывком, перехват. Оценка выставляется по количеству выполненных подтягиваний.

В упражнениях участвуют все юноши команды.

4.4. Второй этап: Огневая подготовка.

Стрельба из пневматической винтовки.

Стрельба из пневматической винтовки (сидя или стоя сообщается в дни заезда), расстояние – 10 м. Мишень № 8: 3 пробных, 3 зачётных выстрела.

Кол-во участников: 6 человек.

4.5. Третий этап: Эстафета.

В смешанной эстафете от каждой команды выступает по два юноши и две девушки. Дистанция 4 x 300м (стадион).

5. ФОРМА УЧАСТНИКОВ

5.1. Полевая форма (камуфляж пиксельной расцветки), куртка камуфлируемая зимняя (пиксельной расцветки), единообразная с головным убором (зелёный берет); белые перчатки, шевроны и нашивки, определяющие принадлежность участников.

5.2. Спортивная форма (спортивные штаны, шорты, футболка, кроссовки). Обязательно наличие сменной спортивной формы и сменной спортивной обуви.

5.3. Участники Игры, форма которых не соответствует требованиям настоящего положения, к Игре не допускаются.

5.4. Не допускается наличие у участников Игры следующих предметов (ожерелья, кольца, браслеты, серьги, кожаные и резиновые ремешки, часы и т.д.) во время прохождения этапов Игры.

6. НАГРАЖДЕНИЕ

6.1. По итогам Игры команда победителей и команды призеров награждаются медалями и дипломами Центра.

7. ПРОТЕСТЫ

7.1. Протесты подаются на факты действия или бездействия организаторов Игры, которые нарушают Положения в части проведения Игры. В содержании протеста должны быть указаны причины, послужившие основанием к заявлению претензии, а также подробно изложены обстоятельства, связанные с нарушением Положения.

7.2. Протест может быть подан участником Игры в течение одного часа после окончания этапа Игры.

7.3. Спорные вопросы по проведению Игры общего характера рассматриваются Оргкомитетом и судейской коллегией.

8. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

8.1. Организаторы вправе вносить изменения в условия проведения Игры.

8.2. Контактная информация:

По вопросам регистрации и подачи заявки в АИС «Путевка» обращаться по телефонам технической поддержки: +7 (908) 997 – 71 - 82; +7 (908) 997 – 71 - 83; +7 (800) 350 - 41 - 92 (понедельник - пятница: с 09:00 до 18:00 (время по Владивостоку), суббота, воскресенье- выходные дни).

По вопросам приема и размещения обучающихся на территории Центра обращаться по телефонам отдела реализации путёвок, приёма и размещения: 8 (423) 2304 - 261, 2304 - 224, 2304 - 179 (понедельник – пятница: с 09:00 до 18:00 (время по Владивостоку), суббота, воскресенье – выходные дни).

По вопросам реализации и содержанию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «На страже Родины» обращаться по телефонам управления образовательных программ: 8 (423) 2-304-262, 2-304-183, 2-304 – 126 (понедельник – пятница: с 09:00 до 18:00 (время по Владивостоку), суббота, воскресенье – выходные дни).

По вопросам реализации подготовки и проведения Игры обращаться по телефону отдела спортивной работы: 8 (423) 2-304-256 (понедельник – пятница: с 09:00 до 18:00 (время по Владивостоку), суббота, воскресенье – выходные дни).