

Утверждаю:

Директор ГКОУКК школа-интернат
ст-цы Спокойной

М.Н. Мануйлов

«08» ноября 2023 года

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении в ГКОУ КК школе – интернате ст. Спокойной
внутри школьных соревнований по армреслингу
среди юношей 6- 9 классов.

Цели и задачи:

-популяризация «Армрестлинга» - как одного из массовых и увлекательных видов спорта

- пропаганда здорового образа жизни;
- совершенствование спортивных умений и навыков;
- выявление одаренных воспитанников.

В процессе соревнований решаются следующие задачи:

- приобретение спортсменами соревновательного опыта;
- определение лучших учеников школы.

Условия проведения:

Соревнования проводятся с 10 по 20 ноября 2023 года.

Подведение итогов после окончания соревнований

Организатор соревнований:

Руководство турнира осуществляет заместитель директора ГКОУ КК школы – интерната ст. Спокойной по учебно-воспитательной работе – Т.А. Хорина. Ответственный за проведение соревнований - учитель физической культуры – Т.В. Огнева.

Возрастная группа:

Соревнования проводятся отдельно среди юношей 7- 9 классов.

Условия проведения:

К участию в соревнованиях допускаются все желающие.

Соревнования личные.

Организация и условия проведения.

1. К участию в соревнованиях допускаются юноши, обучающиеся в ГКОУ КК школе – интернате ст-цы Спокойной, старше 14-ти лет относящиеся к основной медицинской группе здоровья.

2. Рукоборцы выступают в спортивной одежде и спортивной обуви. Руки до середины плеча и кисти рук должны быть обнажены (Запрещается пользоваться любыми предохраняющими бинтами и повязками на запястьях и локтях, а также иметь кольца и перстни на пальцах.) Руки участников должны быть чистыми, без признаков кожных заболеваний, ногти коротко подстрижены.

3. Победители определяется в личном первенстве в каждой весовой категории и в абсолютном первенстве.
4. Весовые категории: до 50 кг.; до 60 кг.; до 70 кг.; до 80 кг. (абсолютная весовая категория), допуск в весовых категориях 500 грамм. Рукоборцы заявленные в своих весовых категориях, также могут быть заявлены и в «абсолютной категории».
5. Соревнования проводятся по системе с выбыванием после двух поражений.

Правила соревнования по «Армрестлингу»

1. Захват - В стартовой позиции спортсмены должны захватить руки таким образом, чтобы рефери видел суставы больших пальцев. Захват рук должен располагаться над центром стола (в вертикальном положении). Локти могут устанавливаться в любом месте подлокотника, кисть и предплечье должны составлять прямую линию.

2. Стойка - Свободной рукой спортсмен должен захватить штырь стола. Плечи участников поединка должны быть параллельны краю стола и не выходить за контрольную линию. Каждый участник поединка может при желании упираться одной ногой в ближнюю к себе стойку стола. Можно упираться ногой в дальнюю от себя стойку стола, если это не вызывает возражений соперника. В случае возражений соперника ногу от дальней стойки стола необходимо убрать.

3. Команды - Поединок начинается по команде "Внимание! Начали" и заканчивается по команде "Стоп!". Победа присуждается спортсмену при любом соприкосновении пальцев, кисти или предплечья соперника с валиком. В случае срыва захвата или объявления предупреждения участники имеют право на отдых в течение 30 секунд. При срыве захвата в финальном поединке кисти рук спортсмен связываются ремнём.

4. Нарушения правил:

- Соскальзывание локтя с подлокотника.
- Пересечение средней линии стола головой, плечами.
- Касание головой или плечом своего предплечья или захвата рук.
- Умышленный разрыв захвата в некритическом для себя положении.
- Использование положения, которое может повлечь за собой травму собственной руки.
- Потеря контакта свободной руки со штырем стола.
- Отрыв обеих ног от пола.
- Провоцирование ситуации, при которой рука соперника может быть повреждена.

Инвентарь:

стол для армреслинга, валики.

Награждение:

Учащиеся, занявшие 1, 2 и 3 места в соревнованиях награждаются грамотами.

Дмитров Р.А. *Т.А.* *Жуков*