

Согласовано:
Президент Федерации пауэрлифтинга
города Москвы



/И.В. Бутусов /

Утверждаю:
Председатель МРО «РССС»

_____/С.А. Пономарёв/



*Положение
о соревнованиях по
классическому
пауэрлифтингу и жиму лежа
в программе
XXXIV Московских
Студенческих Спортивных
Игр*

(номер-код вида спорта:
0740001411 – Я)

г. Москва 2022

1. Общие положения

1.1. Соревнования по классическому пауэрлифтингу и жиму лежа, далее – «Соревнования», в программе XXXIV Московских Студенческих Спортивных Игр, далее – «Игры», проводятся среди команд образовательных организаций высшего образования, далее – «ВУЗы» или «высшие учебные заведения», укомплектованные из числа обучающихся, курсантов военных образовательных организаций, аспирантов, клинических ординаторов и докторантов очной формы обучения (в т.ч. иностранных).

1.2. Соревнования проводятся согласно Положению о проведении очередных Игр, настоящему Положению, действующим правилам по виду спорта «Троеборье классическое» и «Жим» утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации.

1.3. Настоящее Положение подготовлено в соответствии с Распоряжением Департамента физической культуры и спорта города Москвы (далее – Москомспорт) от 15.06.2012 г. № 191 (с учетом действующих изменений).

1.4. Соревнования проводятся Московским региональным отделением Общероссийской общественной организации «Российский студенческий спортивный союз», (далее - МРО РССС), в соответствии с Единым календарным планом физкультурных, спортивных и массовых спортивно-зрелищных мероприятий города Москвы (далее – ЕКП).

1.5. Соревнования проводятся с целью развития студенческого пауэрлифтинга в городе Москве.

1.6. Задачами проведения соревнования являются:

1.6.1. укрепление здоровья и пропаганда здорового образа жизни среди студентов высших учебных заведений;

1.6.2. привлечение максимально возможного числа студентов к занятиям по пауэрлифтингу, формирование у них мотивации к систематическим занятиям спортом и здоровому образу жизни;

1.6.3. выявление сильнейших студентов-спортсменов;

1.6.4. повышения спортивного мастерства студентов-спортсменов;

1.6.5. просмотр резерва в студенческую сборную команду города Москвы;

1.6.6. проверка качества тренировочного процесса в ВУЗах;

1.6.7. подготовка резерва, кандидатов в студенческие сборные команды России и обеспечение успешного выступления московских студентов-спортсменов во всероссийских и международных студенческих соревнованиях.

1.7. Настоящее Положение является основание для командирования студентов, преподавателей и иных специалистов в области физической культуры и спорта на соревнования по пауэрлифтингу в программе Игр руководством ВУЗов.

2. Права и обязанности организаторов

2.1. Общее руководство организацией и проведением соревнований по пауэрлифтингу осуществляется Организационным комитетом, состоящим из представителей МРО РССС и ФПГМ.

2.2. ФПГМ назначает главную судейскую коллегию (далее – ГСК).

2.3. Главный судья соревнований формирует и представляет на согласование в МРО РССС списочный состав судейской бригады.

2.4. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главного судью и судейскую бригаду.

3. Обеспечение безопасности участников и зрителей

3.1. Соревнования проводятся на спортивных сооружениях, внесенных во всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 г., № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте Российской Федерации».

Обеспечение безопасности участников и зрителей на соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.

3.2. Участие в соревнованиях осуществляется, в том числе при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника соревнований, а также в соответствии с иными требованиями указанными в настоящем Положении.

Страхование участников производится за счет направляющей стороны в соответствии с законодательством Российской Федерации.

3.3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 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".

Обязательным основанием для допуска спортсмена к соревнованиям, по медицинским заключениям, является заявка на участие в соревнованиях по пауэрлифтингу с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена, заверенная подписью врача по спортивной медицине и его личной печатью. Заявка на участие в соревнованиях подписывается врачом по спортивной медицине с расшифровкой фамилии, имени, отчества (при наличии) и заверяется печатью медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающей работы (услуги) по лечебной физкультуре и спортивной медицине. Допуск спортсмена к соревнованиям, по медицинским заключениям, может быть осуществлен на основании персональной справки, соответствующей вышеперечисленным требованиям.

3.4. Антидопинговое обеспечение в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными приказом Минспорта России от 9 августа 2016 г. № 947.

В соответствии с п.10.11.1. Правил, ни один спортсмен или иное лицо, в отношении которого была применена дисквалификация, не имеет право во время срока дисквалификации участвовать ни в каком качестве в соревнованиях.

3.5. Требования настоящего Положения детализируются Регламентом соревнования и не могут ему противоречить.

4. Общие сведения о соревновании

№ п п	Место проведения соревнования (название, адрес спортивного сооружения)	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников (чел.)	Состав спортивной сборной команды ВУЗа				Квалификация спортсменов (спортивный разряд)	Программа спортивного соревнования				
				всего	В том числе				Сроки проведения в т.ч. дата приезда и отъезда	Группа соревнований по полу и возрасту в соответствии участников с ЕВСК	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соот.ветствии с ВРВС)	Количество комплектов медалей
					спортсменов	тренеров	судьи						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	ФОК РУДН, улица. Миклухо-Маклая 4, зал № 1.	КЗ / ЛЗ	50-70	Согласно допуску	Согласно допуску (муж/жен)	Не регламентируется	Не предусмотрено	Не регламентируется	1 день	Женщины	треборье классическое 47 кг	0740191811Б	1/3
											треборье классическое 52 кг	0740201811Б	1/3
											треборье классическое 57 кг	0740221811Б	1/3
											треборье классическое 63 кг	0740241811Б	1/3
											треборье классическое 72 кг	0740261811Б	1/3
											треборье классическое 84 кг	0740291811Б	1/3
										треборье классическое 84 + кг	0740301811Б	1/3	
										Мужчины	треборье классическое 59 кг	0740231811А	1/3
											треборье классическое 66 кг	0740251811А	1/3
треборье классическое 74 кг	0740271811А	1/3											

№ п п	Место проведения соревнования (название, адрес спортивного сооружения)	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников (чел.)	Состав спортивной сборной команды ВУЗа				Квалификация спортсменов (спортивный разряд)	Программа спортивного соревнования				
				всего	В том числе				Сроки проведения в т.ч. дата приезда и отъезда	Группа соревнований по полу и возрасту в соответствии с участниками с ЕВСК	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Количество комплектов медалей
					спортсменов	тренеров	судьи						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
2	ФОК РУДН, улица. Миклухо-Маклая 4, зал № 1.	КЗ / ЛЗ	50-70	Согласно допуску	Согласно допуску (муж/жен)	Не регламентируется	Не предусмотрено	Не регламентируется	2 день	Мужчины	треборье классическое 83 кг	0740281811А	1/3
											треборье классическое 93 кг	0740311811А	1/3
											треборье классическое 105 кг	0740321811А	1/3
											треборье классическое 120 кг	0740331811А	1/3
											треборье классическое 120 + кг	0740341811А	1/3

№ п п	Место проведения соревнования (название, адрес спортивного сооружения)	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников (чел.)	Состав спортивной сборной команды ВУЗа				Квалификация спортсменов (спортивный разряд)	Программа спортивного соревнования				
				всего	В том числе				Сроки проведения в т.ч. дата приезда и отъезда	Группа соревнований по полу и возрасту в соответствии участников с ЕВСК	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соот.ветствии с ВРВС)	Количество комплектов медалей
					спортсменов	тренеров	судьи						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
3	ФОК РУДН, улица. Миклухо-Маклая 4, зал № 1.	КЗ / ЛЗ	80-110	Согласно допуску	Согласно допуску (муж/жен)	Не регламентируется	Не предусмотрено	Не регламентируется	3 день	Женщины	Жим 47 кг	0740191811Б	1/3
											Жим 52 кг	0740201811Б	1/3
											Жим 57 кг	0740221811Б	1/3
											Жим 63 кг	0740241811Б	1/3
											Жим 72 кг	0740261811Б	1/3
											Жим 84 кг	0740291811Б	1/3
											Жим 84 + кг	0740301811Б	1/3
										Мужчины	Жим 59 кг	0740231811А	1/3
											Жим 66 кг	0740251811А	1/3
											Жим 74 кг	0740271811А	1/3
											Жим 83 кг	0740281811А	1/3
											Жим 93 кг	0740311811А	1/3
											Жим 105 кг	0740321811А	1/3
											Жим 120 кг	0740331811А	1/3
											Жим 120 + кг	0740341811А	1/3

5. Требования к участникам и условия допуска

5.1. Допуск студентов осуществляется в соответствии с утвержденным Положением о проведении очередных Игр.

5.2. Состав команды ВУЗа и количество дисциплин, на которых могут выступать участники соревнований, определяются Регламентом соревнований.

5.3. Не допускаются к участию в соревнованиях представители ВУЗов, у которых отсутствует:

5.3.1. действующий договор страхования жизни и здоровья;

5.3.2. надлежащим образом пройденная электронная регистрация через АОС «Наградион»;

5.3.3. заключенный договор между ВУЗом и МРО РССС;

5.3.4. оплата ВУЗом имеющегося за предыдущие Игры долга;

5.3.5. предоплата, совершенная вузом за участие в текущих Играх;

5.3.6. надлежащим образом оформленная медицинская справка или виза уполномоченного медицинского работника на Заявке;

5.3.7. надлежащим образом оформленная Заявка.

6. Заявки на участие

6.1. Соревнования проводятся в двух дисциплинах: классический пауэрлифтинг и жим лежа.

6.1.1. Соревнования проводятся по действующим международным правилам Федерации Пауэрлифтинга России (IPF), далее - «ФПР», с учётом изменений и дополнений на день начала соревнований.

6.1.2. Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд.

6.1.3. Состав мужской команды не более 8 человек. Весовые категории: 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120+ кг

6.1.4. Состав женской команды не более 7 человек. Весовые категории: 47, 52, 57, 63, 72, 84, 84+ кг.

6.2. ВУЗы, в лице своих представителей, желающие принять участие в соревнованиях по пауэрлифтингу в программе Игр должны заявить о своем намерении, пройдя электронную регистрацию в сети интернет по адресу <http://mrsss.nagradion.ru>, не позднее, **чем за 1 (одну) неделю до даты начала комиссии по допуску участников соревнований.**

6.3. Дата закрытия электронной регистрации указывается в Регламенте.

6.4. При заполнении электронной заявки, в сети интернет, указываются полностью все предусмотренные формой сведения с прикреплением фотографий спортсменов (портретное фото анфас).

После прохождения электронной регистрации распечатывается Заявка, которая заверяется заведующим кафедрой физического воспитания, либо иным уполномоченным представителем ВУЗа образовательной организации высшего образования и заверяется печатью образовательной организации высшего образования.

6.5. Заявки ВУЗов содержащие не полные сведения Организатором не регистрируются, а команды ВУЗов, подавшие такие заявки, не допускаются комиссией по допуску к соревнованиям по виду спорта.

6.6. Распечатанные электронные заявки, с комплектом документов, представляются в комиссию по допуску участников соревнований.

6.7. В комиссию по допуску ответственное лицо ВУЗа обязано представить:

6.7.1. 2 экземпляра (подписанный оригинал и копия) распечатанной электронной заявки (заявочный лист);

6.7.2. оригинал или копию студенческого билета с отметкой о переводе на текущий учебный год, либо оригинал справки из деканата, подтверждающую зачисление студента в ВУЗ с указанием формы обучения и курса, на каждого спортсмена указанного в заявке;

6.7.3. медицинский допуск, в соответствии с абз. 2, п.3.3. настоящего Положения;

6.7.4. оригинал или заверенная страховой компанией копия полиса страхования жизни и здоровья при участии в спортивных соревнованиях по пауэрлифтингу;

6.7.5. квалификационная книжка (при наличии);

6.7.6. а также иные сведения и документы, указанные в утвержденном Положении о проведении очередных Игр.

6.8. На соревнованиях участник обязан иметь при себе документ, подтверждающий личность (паспорт), оригинал или заверенная страховой компанией копия полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, а также оригинал студенческого билета или справку из деканата и предъявлять его по требованию главного судьи.

6.9. Участники, не прошедшие комиссию по допуску, либо не предоставившие необходимые документы, не будут допущены до Соревнований.

6.10. Участнику необходимо во время взвешивания заявить начальные веса для всех трех упражнений в классическом пауэрлифтинге и классическом жиме лёжа, заполнив карточку диктора (участника), которая является карточкой первого подхода.

6.11. Участнику, на взвешивании, выдаются (самостоятельно) одиннадцать бланков карточек подходов для использования в соревнованиях по классическому пауэрлифтингу: три – для приседания, три – для жима лежа и пять – для тяги и три карточки подходов – для классического жима лёжа. После первого подхода атлет или его тренер (представитель) должны решить, какой вес будет установлен для второго подхода. Этот вес необходимо внести в соответствующую клетку карточки подходов и предъявить секретарю или иному официальному лицу в течение одной минуты.

7. Условия подведения итогов

7.1. Пауэрлифтинг (классический) Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд. Состав команды: мужская - 8 человек, женская – 7 человек. В зачёт командного первенства идут **5 лучших результатов участников.**

Личное первенство:

1) Личные места в каждой весовой категории определяются по наибольшему поднятому весу в сумме трех упражнений. Личные места в абсолютной весовой категории определяются по коэффициенту Уилкса.

2) Каждому участнику предоставляется по три попытки в каждом упражнении. Наибольший поднятый вес в каждом из упражнений засчитывается в сумму. Если два или более атлетов в одной весовой категории набирают одинаковую сумму, то более легкий атлет классифицируется выше, чем более тяжелый.

Командный зачет:

1) Командный зачет проводится раздельно среди мужчин и женщин по сумме очков, набранных не более чем **пятью участниками одной команды** в соответствии с занятыми местами и выполненными нормативами.

2) Распределение очков:

2.1) Очки начисляемые в соответствии с занятым местом в своей весовой категории: 1 место – 12 очков, 2 место – 9 очков, 3 место – 8 очков, 4 место-7 очков,....10 место – 1 очко. Каждый следующий атлет, закончивший соревнования и набравший общую сумму, получает одно очко.

2.2) Поощрительные очки начисляются за выполнения норматива: МСМК-11, МС-9, КМС-7, 1 разряд-5 очков, 2 разряд – 3 очка.

3) В случае равенства набранных очков, преимущество получает команда, имеющая больший результат по таблице Уилкса в соответствии с международными правилами.

7.2. Жим штанги лежа (классический)

Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд. Состав команды: мужская - 8 человек, женская – 7 человек. В зачёт командного первенства идут **5 лучших результатов участников.**

Личное первенство:

1) Личное первенство определяется по наибольшему поднятому весу. Каждому участнику предоставляется по три попытки в упражнении. Наибольший поднятый вес засчитывается в сумму. Личные места в абсолютной весовой категории определяются по коэффициенту Уилкса.

2) Если два или более атлетов набирают одинаковую сумму, то более легкий атлет классифицируется выше, чем более тяжелый.

Командный зачет:

1) Командный зачет проводится отдельно среди мужчин и женщин по сумме очков, набранных не более чем **пятью участниками одной команды** в соответствии с занятыми местами:

2) Распределение очков:

2.1) Очки начисляемые в соответствии с занятым местом в своей весовой категории: 1 место – 6, 2 место – 4.5, 3 место – 4, 4 место-3.5,.....10 место – 0.5. Каждый следующий атлет, закончивший соревнования и набравший общую сумму получает 0.5 очков.

3) В случае равенства набранных очков, преимущество получает команда, имеющая больший результат по таблице Уилкса в соответствии с международными правилами.

В зачет общеконандного первенства среди мужчин идет сумма очков, набранных за классический пауэрлифтинг и жим лежа.

В зачет общеконандного первенства среди женщин идет сумма очков, набранных за классический пауэрлифтинг и жим лежа.

8. Награждение победителей и призеров

8.1. Спортсмены команды победителя и команд призеров соревнований награждаются медалями и дипломами соответствующих степеней.

8.2. Команда победитель награждается Кубком и дипломом. Команды призеры – дипломами.

8.3. Тренеры команд-победительниц награждаются дипломами.

9. Условия финансирования

9.1. Финансирование соревнования осуществляется МРО РССС.

Положение является официальным вызовом на соревнования.

Требования к экипировке

Предметы разрешенной личной экипировки в соответствии с техническими правилами ФПР (IPF):

Пауэрлифтинг классический и жим лежа:

1) Костюм не поддерживающий (трико-борцовки).

В случае отсутствия трико, участник не допускается до соревнований по классическому пауэрлифтингу и классическому жиму лежа.

2) Спортивная обувь: (спортивные ботинки (туфли), кроссовки, специальные ботинки для тяжелой атлетики или пауэрлифтинга, или тапочки для тяги, а также спортивная обувь, применяемая в любых видах спорта в помещении.)

В случае отсутствия спортивной обуви, участник не допускается до соревнований по классическому пауэрлифтингу и классическому жиму лежа.

3) Гетры для становой тяги.

В случае отсутствия гетр, участник не допускается до соревнований по классическому пауэрлифтингу.

4) Наколенники, выполненные в виде неопреновых цилиндров.

5) Кистевые бинты.

6) Пояс (Ремень) с пряжкой или карабином.

Приложение 1.

Карточка диктора (участника)

Фамилия, имя:		Дата рождения:	
ВУЗ		Собственный вес:	Весовая категория:
Упражнения	Приседание	Жим	Тяга
Вес штанги кг			
Подпись: атлета (тренера)			

Приложение 2.

Карточки подходов:

Приседание		
Фамилия.....		
1-й	2-й	3-й
Подпись.....		

Жим лежа		
Фамилия.....		
1-й	2-й	3-й
Подпись.....		

Тяга		
Фамилия.....		
1-й	2-й	3-й
	3/1	3/2
Подпись.....		