

Утверждаю:
Председатель МРО «РССС»



/С.А. Пономарёв



РЕГЛАМЕНТ

*о соревнованиях по полматлону (5-борье с бегом) в программе
Московских Студенческих Спортивных Игр*

(номер-код вида спорта: 0750005411Я)

г. Москва 2023

1. Общие положения

1.1. Настоящий Регламент разработан в соответствии с утвержденным Положением о проведении XXXV Московских Студенческих Спортивных Игр и Положением о Полиатлоне.

1.2. Организатор – Московское отделение Общероссийской общественной организации «российский студенческий спортивный союз». Официальный сайт Организатора – www.mrsss.ru Раздел вида спорта на официальном сайте Организатора - <https://mrsss.ru/vidy-sporta/poliatlon>

1.3. Соревнования проводятся под руководством главной судейской коллегии утверждённой Организатором.

2. Места и сроки проведения соревнований

2.1. **Срок проведения соревнований:** 2-4 июня 2023 г., в том числе:

2.1.1. стрельба 2 июня с 9;

2.1.2. плавание 3 июня с 9;

2.1.3. лёгкая атлетика 4 июня с 10.

2.2. **Место проведения соревнований:** сообщается на мандатной комиссии.

2.3. **Дата и место проведения мандатной комиссии** – 31.05.2023 с 10 до 16, в офисе МРО РССС, по адресу Москва, Красноказарменная 13 стр 5М.

2.4. **Дата закрытия электронной регистрации в системе статистики** – 29 мая 2023 г. в 18:00.

2.5. **Срок направления заполненной Технической заявки** – до 12:00 30.05.2023 г. Оформленная надлежащим образом Техническая заявка направляется в электронном виде в формате excel на адрес электронной почты - k.barakovskiy@mrsss.ru

3. Классификация соревнований

3.1. Соревнования очные, лично-командные.

3.2. Соревнования проводятся по Полиатлону в спортивной дисциплине 5-борье с бегом.

4. Условия участия и состав команды

4.1. Все спортсмены и тренеры/официальные представители команд должны иметь необходимую техническую подготовленность и знать правила/особенности выполнения видов спортивных состязаний (см. ПРИЛОЖЕНИЕ №1).

4.2. Состав команд ВУЗа:

| Студенты-спортсмены | Тренер/официальный представитель | всего |
|---------------------|----------------------------------|-------|
| 6 (ЖЕН/МУЖ) | 1 | 7 |

5. Программа соревнований

5.1. Виды спортивных состязаний в 5-борье с бегом

| Стрельба | Плавание | Лёгкая атлетика (дисциплины) | |
|---|---------------------------|---|---|
| | | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | Спринт 100 м |
| пневматическая винтовка III - ВП (10 выстрелов, 10 м, стоя) | 100 м вольный стиль | | Бег на выносливость 2000 м ЖЕН/ 3000 м МУЖ |

5.2. Расписание

| 2 июня 2023 г. (пятница) | 3 июня 2023 (суббота) | 4 июня 2023 г. (воскресенье) |
|--|---|---|
| Стрельба <ul style="list-style-type: none">• 9:00 – начало соревнований (5 минут на подготовку, 20 минут выполнение упражнения, 5 минут пересменка) | Плавание <ul style="list-style-type: none">• 09.00 проход в бассейн;• 9.15 – 10.20 разминка;• 10.30 старт. | Лёгкая атлетика <ul style="list-style-type: none">• 10:00 – 10:30 разминка;• 10:35 – старт;• 14:15 – награждение. <p>Расписание дисциплин определяется Организатором после проведения мандатной комиссии и доводится до сведения участников не позднее, чем за день до проведения вида спортивного состязания.</p> |

5.3. Виды спортивных состязаний проводятся отдельно среди женщин (выше и далее - ЖЕН) и мужчин (выше и далее - МУЖ).

5.4. Очередность выступления в видах спортивных состязаний определяется Организатором по предварительному результату, указанному в Технической заявке и указывается в стартовом протоколе.

Стартовые протоколы размещаются на сайте Организатора в разделе вида спорта не позднее, чем за день до старта вида спортивного состязания.

5.5. На каждый вид спортивного состязания заполняется отдельная техническая заявка по установленной форме. Файл заявок размещается на сайте Организатора в разделе вида спорта.

6. Условия подведения итогов

6.1. Итоги подводятся в личном и командном зачётах.

6.2. Личный зачёт проводится среди всех студентов-спортсменов принимающих участие в состязаниях.

Зачёт подводится в каждом виде спортивного состязания отдельно среди ЖЕН и МУЖ на основании результатов, показанных в состязаниях.

Победитель личного зачёта определяется по сумме набранных во всех состязаниях очков (многоборье). Результаты в многоборье оцениваются в очках по таблицам, включённым в соответствующий раздел ЕВСК на 2022-2025 гг. по полиатлону.

6.3. Командный зачёт проводится среди всех ВУЗов принимавших участие в соревновании. Победителем командного зачёта признаётся команда ВУЗа набравшая наибольшее количество очков по итогу выступления всех студентов-спортсменов.

6.4. При равенстве очков победитель определяется в следующем порядке:

6.4.1. Участие в наибольшем количестве видов спортивных состязаний;

6.4.2. Наибольшее количество лучших, по сравнению с соперником(ми), мест по итогу участия в видах спортивных состязаний;

6.4.3. Наилучшее время, показанное в виде спортивного состязания, в личном зачёте – «Бег на выносливость», в командном зачёте «Плавание».

7. Награждение

7.1. Победитель и призёры личного зачёта, отдельно среди ЖЕН. и среди МУЖ., награждаются медалями и дипломами соответствующих степеней.

7.2. Команда-победитель в командном зачёте награждается Кубком и дипломом. Команды призёры награждаются дипломами. Студенты-спортсмены команды-победитель и команд призёров награждаются медалями и дипломами. Тренер команды-победитель и команд-призёров награждаются медалями и дипломами.

Данный Регламент является официальным вызовом на соревнования.

Технические требования по готовности к виду

При невыполнении перечисленных ниже технических требований спортсменом он дисквалифицируется с данного вида и получает за него 0 очков.

Плавание

• Спортсмен должен находиться в зоне судьи при участниках не позднее, чем за 20 минут до старта.

- Старт - прыжком с тумбочки.
- Контрольный результат: женщины – 2:40, мужчины – 2:10.
- Фальстарт: дисквалификация со второго для всех.

Спринт

• Спортсмен должен находиться в зоне судьи при участниках не позднее, чем за 20 минут до старта.

- Низкий старт со стартовых колодок.
- Фальстарт: дисквалификация со второго для всех.

Бег на выносливость

• Спортсмен должен находиться в зоне судьи при участниках не позднее, чем за 20 минут до старта.

• Спортсмен должен находиться в зоне судьи при участниках не позднее, чем за 20 минут до начала соревнований.

- Контрольный результат: женщины (2 км) – 11:20, мужчины (3 км) – 13:30

Стрельба

• Спортсмен должен находиться в зоне судьи при участниках не позднее, чем за 60 минут до начала смены.

• Спортсмену выдаётся 5 мишеней. Количество выстрелов в одну мишень 2. В случае превышения выстрелов в одну мишень такая мишень не принимается к учёту, а результат не засчитывается.

• Наличие пневматической винтовки (минимум 1 на команду). При отсутствии винтовки просьба согласовать свое участие заранее с организатором. При наличии нескольких винтовок сообщить в предварительной заявке.

• Обязательное знание и выполнение техники безопасности (будет проведен предварительный инструктаж).

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Обязательное знание и выполнение техники прыжка.

Количество попыток – не более 3 шт. Время на выполнение состязания – не более 1 минута 30 секунд.

Участник должен принять такое положение: ноги поставить на ширину плеч, ступни стоят строго параллельно, а носки находятся перед специальной линией. Прыжок осуществляется при помощи одновременного отрыва двух ног от поверхности, при этом допускается взмах руками. После приземления прыгун должен выпрямиться, сделать два шага вперед, а только затем выйти с места своего приземления.

Попытка не засчитывается в таких случаях:

- если участник при осуществлении упражнения заступил за линию;
- если участник допустил касание к линии отталкивания;
- если прыгун прыгнул в результате предварительного подскока;
- если прыгун допустил поочередное отталкивание ногами.