|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Утверждаю:  Председатель МРО «РССС»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.А. Пономарёв |
|  |  |  |



***Проект регламента***

*о соревнованиях по полиатлону (5-борье с бегом) в программе*

*Московских Студенческих Спортивных Игр*

(номер-код вида спорта: 0750005411Я)

*г. Москва 2024г.*

1. **Общие положения**
   1. Настоящий Регламент разработан в соответствии с утвержденным Положением о проведении XXXVI Московских Студенческих Спортивных Игр и Положением о Полиатлоне.
   2. Организатор – Московское отделение Общероссийской общественной организации «российский студенческий спортивный союз». Официальный сайт Организатора – [www.mrsss.ru](http://www.mrsss.ru) Раздел вида спорта на официальном сайте Организатора - <https://mrsss.ru/vidy-sporta/poliatlon>
   3. Соревнования проводятся под руководством главной судейской коллегии утверждённой Организатором.
2. **Места и сроки проведения соревнований**
   1. **Срок проведения соревнований:** май 2024 г., в том числе:
      1. стрельба май ;
      2. плавание май ;
      3. лёгкая атлетика май.
   2. **Место проведения соревнований**: Место проведения соревнований будет сообщено дополнительно
   3. **Дата и место проведения мандатной комиссии** – май 2024г. Не позднее чем за 3 дня до начала соревнований.
   4. **Дата закрытия электронной регистрации в системе статистики** – За 3 дня до мандатной комиссии
   5. **Срок направления заполненной Технической заявки** – До закрытия электронной регистрации в системе статистики. Оформленная надлежащим образом Техническая заявка направляется в электронном виде в формате exel на адрес электронной почты - [k.barakovskiy@mrsss.ru](mailto: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.

1. **Условия участия и состав команды**
   1. Все спортсмены и тренеры/официальные представители команд должны иметь необходимую техническую подготовленность и знать правила/особенности выполнения видов спортивных состязаний (см. ПРИЛОЖЕНИЕ №1).
   2. Состав команд ВУЗа:

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

1. **Программа соревнований**
   1. Виды спортивных состязаний в 5-борье с бегом

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

* 1. Расписание

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **2 июня 2023 г. (пятница)** | **3 июня 2023 (суббота)** | **4 июня 2023 г. (воскресенье)** |
| ***Стрельба***   * «\_:\_» – начало соревнований   (5 минут на подготовку,  20 минут выполнение упражнения,  5 минут пересменка) | ***Плавание***   * «\_:\_» проход в бассейн; * «\_:\_» – «\_:\_» разминка; * «\_:\_» старт. | ***Лёгкая атлетика***   * «\_:\_» – «\_:\_» разминка; * «\_:\_» – старт; * «\_:\_» – награждение.   Расписание дисциплин определяется Организатором после проведения мандатной комиссии и доводится до сведения участников не позднее, чем за день до проведения вида спортивного состязания. |

* 1. Виды спортивных состязаний проводятся раздельно среди женщин (выше и далее - ЖЕН) и мужчин (выше и далее - МУЖ).
  2. Очерёдность выступления в видах спортивных состязаний определяется Организатором по предварительному результату, указанному в Технической заявки 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.

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

1. **Условия подведения итогов**
   1. Итоги подводятся в личном и командном зачётах.
   2. Личный зачёт проводится среди всех студентов-спортсменов принимающих участие в состязаниях.

Зачёт подводится в каждом виде спортивного состязания раздельно 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.

* 1. 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.
  2. При равенстве очков победитель определяется в следующем порядке:
     1. Участие в наибольшем количестве видов спортивных состязаний;
     2. Наибольшее количество лучших, по сравнению с соперником(ми), мест по итогу участия в видах спортивных состязаний;
     3. Наилучшее время, показанное в виде спортивного состязания, в личном зачёте – «Бег на выносливость», в командном зачёте «Плавание».

1. **Награждение**

**Командное первенство**

1-е место: Кубок победителя, 6 медалей (золото)

2-е место: 6 медалей (серебро)

3-е место: 6 медалей (бронза)

18 дипломов личных, 3 диплома командных, 3 диплома тренеру.

**Личное первенство**

1-е место: 1 медаль (золото)

2-е место: 1 медаль (серебро)

3-е место: 1 медаль (бронза)

3 диплома личных.

**Данный Регламент является официальным вызовом на соревнования.**

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

**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.