

Управление образования Лузского муниципального округа  
Кировской области

**ПРИКАЗ**

от 28 декабря 2022 года

№ 02-03/471

**О проведении зимнего полиатлона  
среди юнармейских отрядов  
Лузского муниципального округа Кировской области**

В целях укрепления здоровья юнармейцев, развития у них основных физических качеств (выносливости, силы, ловкости, силовой подготовки), военно-практических навыков

**ПРИКАЗЫВАЮ**

1. Провести **19 января 2023 года** зимний полиатлон среди юнармейских отрядов Лузского муниципального округа Кировской области (далее – Соревнования).
2. Утвердить Положение о проведении Соревнований, согласно приложению.
3. Руководителям образовательных учреждений Лузского муниципального округа обеспечить участие команд в Соревнованиях.
3. Организацию и проведение Соревнований возложить на МКУ ДО ДДТ г. Лузы (Никитенко З.И., директора МКУ ДО ДДТ г. Лузы), ответственный за соревнования – Пономарева М.С., старший методист МКУ ДО ДДТ г. Лузы.

Начальник  
Управления образования

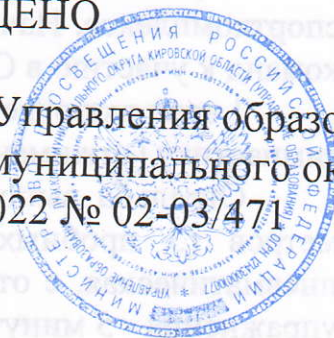


Л.А. Лаури

Приложение

УТВЕРЖДЕНО

приказом Управления образования  
Лузского муниципального округа  
от 28.12.2022 № 02-03/471



## ПОЛОЖЕНИЕ

### р проведении зимнего полиатлона среди юнармейских отрядов Лузского муниципального округа Кировской области

#### 1. Цель и задачи.

Зимний полиатлон среди юнармейских отрядов Лузского муниципального округа (далее – Соревнования) проводится с целью укрепления здоровья юнармейцев, развития у них основных физических качеств (выносливости, силы, ловкости, силовой подготовки), военно-практических навыков.

Задачи Соревнований:

- популяризация полиатлона, как вида спорта;
- определение сильнейших команд и юнармейцев;
- совершенствование качества стрельбы из пневматической винтовки, физической подготовки;
- пропаганда здорового образа жизни.

#### 2. Сроки и место проведения.

Соревнования проводятся 19 января 2023 года в 2 этапа: 1 этап – в городском спорткомплексе, 2 этап - на территории Лыжной базы МКУ ДО ДЮСШ г. Лузы. Начало соревнований с 11.00 ч.

#### 3. Участники соревнований.

В Соревнованиях участвуют команды, состоящие из юнармейцев ОУ Лузского муниципального округа 2007-2009 гр. (7-9 классы) в составе 6 человек (команда смешанная, обязательно участие 2 девушек).

Заявка на участие подаётся главному судье в день проведения Соревнований. Предварительная заявка (Приложение 1) направляется до 16 января 2023 г. на электронную почту: [gjgjdfln@yandex.ru](mailto:gjgjdfln@yandex.ru).

#### **4. Правила соревнований.**

Парад – открытие Соревнований проходит в городском спорткомплексе. Начало в 11.00 ч. Построение, сдача рапортов о готовности команд к участию в Соревнованиях главному судье соревнований.

1 этап включает в себя стрельбу из пневматической винтовки, силовую гимнастику (отжимание для девочек, подтягивание для мальчиков).

Стрельба выполняется из положения лежа, без упора. Расстояние 10 метров (3 пробных выстрела, 5 - в зачет). Мишень «П». Винтовка пневматическая, с открытым прицелом. Пули 4.5 мм. Время на выполнение упражнения - 5 минут.

После прохождения стрельбы из пневматической винтовки, участники выполняют силовую гимнастику. Отжимание выполняется от скамьи. Подтягивание выполняется на высокой перекладине, хват – верхний, расстояние между захватами – среднее (на ширине плеч). При выполнении фиксируется количество отжиманий и подтягиваний при условии правильного выполнения упражнения. Контрольное время - 3 минуты.

2 этап проводится на территории Лыжной базы МКУ ДО ДЮСШ г. Лузы.

Бег на лыжах проводятся классическим стилем с фиксированием времени для каждого участника. Дистанция: 3 км (для всех). Старт - одновременно для всех участников. У каждого участника должен быть комплект лыжного инвентаря, при отсутствии можно воспользоваться услугами пункта проката (будет предоставлен бесплатно)

Оценивание выступлений участников на этапах проводится согласно *Приложению 2*.

Все замечания и предложения подаются главному судье Соревнований до награждения.

#### **5. Техника безопасности.**

Обеспечение техники безопасности возлагается на МКУ ДО ДДТ г. Лузы.

Непосредственную ответственность за соблюдение правил техники безопасности своей команды несут руководители (капитаны) команд.

За нарушение правил Соревнований и техники безопасности решением главного судьи результат участника аннулируется.

#### **6. Определение победителей.**

В каждом спортивном виде по результатам прохождения определяется победитель в личном первенстве - участник, показавший лучший результат.

Команды - победитель и призеры Соревнований определяется по сумме очков каждого участника при прохождении всех этапов. При одинаковых

командных результатах первенство признается за командой, показавшей более меткую стрельбу.

#### 7. Награждение победителей.

Команды, занявшие 1 – 3 место, награждаются грамотами Управления образования Лузского муниципального округа и призами.

Победители в личном первенстве награждаются грамотами Управления образования Лузского муниципального округа.

#### 8. Состав судейской коллегии.

СЕМУШИНА Евгения Геннадьевна	главный судья соревнований судья на огневом рубеже, судья на старте, финише
МИХЕЕВ Дмитрий Иванович	судья на огневом рубеже
ОГАНДЕРКИНА Елена Александровна	судья на этапе «отжимание»
ВОЛОКИТИН Дмитрий Андреевич	судья на этапе «подтягивание»

**Контактный телефон:**

89229025680 – Пономарева Марина Сергеевна

Приложение 1  
к Положению о проведении  
зимнего полиатлона среди юнармейских отрядов  
Лузского муниципального округа

**ЗАЯВКА**

на участие команды

в зимнем полиатлоне среди юнармейских отрядов  
Лузского муниципального округа

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Подпись врача о допуске
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

Руководитель команды \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Допущено к участию - \_\_\_\_\_ чел.  
\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

дата

подпись,

ФИО врача

м.п

Инструктаж с членами команды по технике безопасности проведен.

Руководитель образовательной организации

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
м.п

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 года

Приложение 2  
к Положению о проведении  
зимнего полиатлона среди юнармейских отрядов  
Лузского муниципального округа

**Таблица оценки результатов в зимнем полиатлоне юношей**

Очки	Подтягивание 3 мин.			Стрельба ВП ВП/ПП		Лыжные гонки				
	8-11 лет	12-13 лет	14-15л 16-17л	5в 5м/10м	10 в 10м	1 км	2 км	3 км	3 км	5 км
						8-11 лет	12-15 лет	12-13 лет	14-И лет	14-15л 16-17л
100	26	33	40	49	94	3.30	6.00	9.00	8.00	14.00
99	-	-	-	-	-	3.33	6.05	9.08	8.05	14.08
98	25	32	39	-	93	3.36	6.10	9.16	8.10	14.16
97	-	-	-	48	-	3.39	6.15	9.24	8.15	14.24
96	24"	31	38	-	92	3.42	6.20	9.32	8.20	14.32
95	-	-	-	-	-	3.45	6.25	9.40	8.25	14.40
94	23	30	37	47	91	3.48	6.30	9.48	8.30	14.48
93	-	-	-	-	-	3.51	6.35	9.56	8.35	14.56
92	22	29	36	46	90	3.54	6.40	10.04	8.40	15.04
91	-	-	-	-	-	3.57	6.45	10.12	8.45	15.12
90	21	28	35	45	89	4.00	6.50	10.20	8.50	15.20
89	-	-	-	-	-	4.03	6.56	10.28	8.56	15.30
88	20	27	34	44	88	4.06	7.02	10.36	9.02	15.40
87	-	-	-	-	87	4.09	7.08	10.45	9.08	15.50
86	19	26	33	43	86	4.12	7.14	10.54	9.14	16.00
85	-	-	-	-	85	4.15	7.20	11.03	9.20	16.10
84	18	25	32	42	84	4.18	7.26	11.12	9.26	16.20
83	-	-	-	-	83	4.21	7.32	11.21	9.32	16.30
82	17	24	31	41	82	4.24	7.38	11.30	9.38	16.40
81	-	-	-	-	81	4.27	7.44	11.40	9.44	16.50
80	16	23	30	40	80	4.30	7.50	11.50	9.50	17.00
79	-	-	-	-	79	4.33	7.56	12.00	9.56	17.12
78	-	22	29	39	78	4.36	8.02	12.10	10.02	17.24
77	15	-	-	-	77	4.39	8.08	12.20	10.08	17.36
76	-	21	28	38	76	4.42	8.14	12.30	10.14	17.48
75	-	-	-	-	75	4.45	8.20	12.40	10.20	18.00
74	14	20	27	37	74	4.48	8.26	12.50	10.26	18.12
73	-	-	-	-	73	4.51	8.32	13.00	10.32	18.24
72	-	-	26	36	72	4.54	8.38	13.10	10.38	18.36
71	13	19	-	-	71	4.57	8.44	13.20	10.44	18.48
70	-	-	25	35	70	5.00	8.50	13.30	10.50	19.00
69	-	-	-	-	69	5.03	8.57	13.40	10.57	19.12
68	12	18	24	34	68	5.06	9.04	13.50	11.04	19.24
67	-	-	-	-	67	5.09	9.11	14.00	11.11	19.38
66	-	-	23	33	66	5.12	9.18	14.10	11.18	19.52
65	-	17	-	-	65	5.15	9.25	14.20	11.25	20.06
64	11	-	22	32	64	5.18	9.32	14.31	11.32	20.20
63	-	-	-	-	63	5.21	9.39	14.42	11.39	20.34
62	-	16	21	31	62	5.24	9.46	14.53	11.46	20.48
61	-	-	-	-	61	5.27	9.53	15.04	11.53	21.02
60	10	-	20	30	60	5.30	10.00	15.15	12.00	21.16
59	-	15	-	-	59	5.33	10.08	15.26	12.08	21.30
58	-	-	19	29	58	5.36	10.16	15.38	12.16	21.45
57	-	-	-	-	57	5.39	10.24	15.50	12.24	22.00
56	9	14	18	28	56	5.42	10.32	16.02	12.32	22.15
55	-	-	-	-	55	5.45	10.40	16.14	12.40	22.30
54	-	-	17	27	54	5.48	10.48	16.26	12.48	22.45
53	-	13	-	-	53	5.51	10.56	16.38	12.56	23.00
52	8	-	16	26	52	5.54	11.04	16.50	13.04	23.15
51	-	-	-	-	51	5.57	11.12	17.02	13.12	23.30
50	-	12	15	25	50	6.00	11.20	17.14	13.20	23.45

49	-	-	-	-	49	6.03	11.28	17.26	13.30	24.00
48	-	-	14	24	48	6.06	11.36	17.38	13.40	24.15
47	7	11	-	-	47	6.09	11.44	17.50	13.50	24.30
46	-	-	13	23	46	6.12	11.52	18.02	14.00	24.45
45	-	-	-	-	45	6.15	12.00	18.15	14.10	25.00
44	-	10	12	22	44	6.18	12.08	18.28	14.20	25.15
43	-	-	-	-	43	6.21	12.16	18.41	14.30	25.30
42	6	-	-	21	42	6.24	12.24	18.54	14.40	25.45
41	-	9	11	-	41	6.27	12.32	19.07	14.50	26.00
40	-	-	-	20	40	6.30	12.40	19.20	15.00	26.15
39	-	-	-	-	39	6.33	12.48	19.34	15.12	26.30
38	-	8	10	19	38	6.36	12.56	19.48	15.24	26.45
37	5	-	-	-	37	6.39	13.04	20.02	15.36	27.00
36	-	-	-	18	36	6.42	13.12	20.16	15.48	27.15
35	-	-	9	-	35	6.45	13.20	20.30	16.00	27.30
34	-	7	-	17	34	6.48	13.28	20.44	16.12	27.45
33	-	-	-	-	33	6.51	13.36	20.58	16.24	28.00
32	4	-	8	16	32	6.54	13.44	21.12	16.36	28.20
31	-	-	-	-	31	6.57	13.52	21.26	16.48	28.40
30	-	6	-	15	30	7.00	14.00	21.40	17.00	29.00
29	-	-	7	-	29	7.03	14.08	21.54	17.15	29.25
28	-	-	-	14	28	7.06	14.16	22.08	17.30	29.50
27	-	-	-	-	27	7.09	14.24	22.22	17.45	30.20
26	3	5	6	13	26	7.12	14.32	22.36	18.00	30.50
25	-	-	-	-	25	7.15	14.40	22.50	18.20	31.20
24	-	-	-	12	24	7.18	14.48	23.04	18.40	31.50
23	-	-	-	-	23	7.21	14.56	23.18	19.00	32.20
22	-	-	5	11	22	7.24	15.04	23.32	19.20	32.50
21	-	4	-	-	21	7.27	15.12	23.46	19.40	33.25
20	-	-	-	10	20	7.30	15.20	24.00	20.00	34.00
19	-	-	-	-	19	7.34	15.30	24.15	20.20	34.40
18	2	-	4	9	18	7.38	15.40	24.30	20.40	35.20
17	-	-	-	-	17	7.43	15.50	24.45	21.00	36.00
16	-	3	-	8	16	7.48	16.00	25.00	21.20	36.40
15	-	-	-	-	15	7.53	16.10	25.15	21.45	37.20
14	-	-	3	7	14	7.58	16.20	25.30	22.10	38.00
13	-	-	-	-	13	8.04	16.30	25.45	22.35	38.50
12	-	-	-	6	12	8.10	16.40	26.00	23.00	39.40
11	-	2	-	-	11	8.17	16.50	26.20	23.30	40.30
10	1	-	2	5	10	8.25	17.00	26.40	24.00	41.20
9	-	-	-	-	9	8.33	17.15	27.00	24.30	42.10
8	-	-	-	4	8	8.41	17.30	27.25	25.00	43.00
7	-	-	-	-	7	8.50	17.45	27.50	25.40	44.00
6	-	1	-	3	6	9.00	18.00	28.20	26.20	45.10
5	-	-	1	-	5	9.10	18.20	28.50	27.00	46.20
4	-	-	-	2	4	9.20	18.40	29.25	27.40	47.30
3	-	-	-	-	3	9.31	19.00	30.00	28.20	49.00
2	-	-	-	1	2	9.44	19.30	30.50	29.10	51.00
1	-	-	-	-	1	10.00	20.00	32.00	30.00	54.00

Таблица оценки результатов в зимнем полиатлоне девушек

Очки	Сгибание-разгибание рук в упоре на полу, 3 мин.			Стрельба		Лыжные гонки		
				ВП	ВП/ПП	1 км	2 км	3 км
	8-11 лет	12-13 лет	14-15 лет 16-17 лет	5в 5м/10м	10в 10м	8-11 лет	12-13 лет	14-15 лет 16-17 лет
100	60	85	95	49	94	3.50	6.30	9.00
99	58	82	92	-	-	3.53	6.36	9.06
98	56	79	89	-	93	3.56	6.42	9.12

97	54	76	86	48	-	3.59	6.48	9.18
96	52	73	83	-	92	4.02	6.54	9.24
95	50	70	80	-	-	4.05	7.00	9.30
94	48	68	78	47	91	4.08	7.06	9.36
93	46	66	76	-	-	4.11	7.12	9.42
92	44	64	74	46	90	4.14	7.18	9.48
91	42	62	72	-	-	4.17	7.24	9.54
90	40	60	70	45	89	4.20	7.30	10.00
89	39	58	68	-	-	4.23	7.36	10.06
88	38	56	66	44	88	4.26	7.42	10.12
87	37	54	64	-	87	4.29	7.48	10.18
86	36	52	62	43	86	4.32	7.54	10.24
85	35	50	60	-	85	4.35	8.00	10.30
84	34	49	58	42	84	4.38	8.06	10.36
83	33	48	56	-	83	4.41	8.12	10.42
82	32	47	54	41	82	4.44	8.18	10.48
81	31	46	52	-	81	4.47	8.24	10.54
80	30	45	50	40	80	4.50	8.30	11.00
79	29	44	49	-	79	4.53	8.36	11.07
78	28	43	48	39	78	4.56	8.42	11.14
77	27	42	47	-	77	4.59	8.48	11.21
76	26	41	46	38	76	5.02	8.54	11.28
75	25	40	45	-	75	5.05	9.00	11.35
74	24	39	44	37	74	5.08	9.06	11.42
73	-	38	43	-	73	5.11	9.12	11.49
72	23	37	42	36	72	5.14	9.18	11.56
71	-	36	41	-	71	5.17	9.24	12.03
70	22	35	40	35	70	5.20	9.30	12.10
69	-	34	39	-	69	5.23	9.36	12.18
68	21	33	38	34	68	5.26	9.42	12.26
67	-	32	37	-	67	5.29	9.48	12.34
66	20	31	36	33	66	5.32	9.54	12.42
65	-	30	35	-	65	5.35	10.00	12.50
64	19	29	34	32	64	5.38	10.08	12.58
63	-	28	33	-	63	5.41	10.16	13.06
62	18	27	32	31	62	5.44	10.24	13.14
61	-	26	31	-	61	5.47	10.32	13.22
60	17	25	30	30	60	5.50	10.40	13.30
59	-	24	29	-	59	5.53	10.48	13.40
58	16	23	28	29	58	5.56	10.56	13.50
57	-	22	27	-	57	5.59	11.04	14.00
56	15	21	26	28	56	6.02	11.12	14.10
55	-	20	25	-	55	6.05	11.20	14.20
54	14	19	24	27	54	6.08	11.28	14.30
53	-	18	23	-	53	6.11	11.36	14.40
52	13	17	22	26	52	6.14	11.44	14.50
51	-	16	21	-	51	6.17	11.52	15.00
50	12	15	20	25	50	6.20	12.00	15.10
49	-	-	19	-	49	6.23	12.08	15.22
48	11	14	18	24	48	6.26	12.16	15.34
47	-	-	17	-	47	6.29	12.24	15.47
46	10	13	16	23	46	6.32	12.32	16.00
45	-	-	-	-	45	6.35	12.40	16.15
44	-	12	15	22	44	6.38	12.48	16.30
43	9	-	-	-	43	6.41	12.56	16.45
42	-	11	14	21	42	6.44	13.04	17.00
41	-	-	-	-	41	6.47	13.12	17.15
40	8	10	13	20	40	6.50	13.20	17.30
39	-	-	-	-	39	6.53	13.30	17.45
38	-	9	12	19	38	6.56	13.40	18.00
37	7	-	-	-	37	6.59	13.50	18.15
36	-	-	11	18	36	7.02	14.00	18.30
35	-	8	-	-	35	7.05	14.10	18.45
34	6	-	10	17	34	7.08	14.20	19.00
33	-	-	-	-	33	7.11	14.30	19.15



32	-	7	9	16	32	7.14	14.40	19.30
31	-	-	-	-	31	7.17	14.50	19.45
30	5	-	8	15	30	7.20	15.00	20.00
29	-	6	-	-	29	7.24	15.10	20.15
28	-	-	-	14	28	7.28	15.20	20.30
27	-	-	7	-	27	7.32	15.30	20.45
26	-	-	-	13	26	7.36	15.40	21.00
25	4	5	-	-	25	7.40	15.50	21.20
24	-	-	6	12	24	7.44	16.00	21.40
23	-	-	-	-	23	7.48	16.15	22.00
22	-	-	-	11	22	7.52	16.30	22.20
21	-	4	5	-	21	7.56	16.45	22.40
20	-	-	-	10	20	8.00	17.00	23.00
19	3	-	-	-	19	8.05	17.15	23.25
18	-	-	-	9	18	8.10	17.30	23.50
17	-	-	4	-	17	8.15	17.45	24.15
16	-	3	-	8	16	8.20	18.00	24.40
15	-	-	-	-	15	8.26	18.20	25.10
14	-	-	-	7	14	8.32	18.40	25.40
13	2	-	3	-	13	8.38	19.00	26.10
12	-	-	-	6	12	8.44	19.20	26.40
11	-	2	-	-	11	8.52	19.40	27.20
10	-	-	-	5	10	9.00	20.00	28.00
9	-	-	2	-	9	9.10	20.20	28.40
8	-	-	-	4	8	9.20	20.40	29.20
7	1	-	-	-	7	9.35	21.00	30.10
6	-	1	-	3	6	9.50	21.25	31.00
5	-	-	1	-	5	10.10	21.50	31.50
4	-	-	-	2	4	10.35	22.20	32.40
3	-	-	-	-	3	11.00	22.50	33.40
2	-	-	-	1	2	11.30	23.20	34.50
1	-	-	-	-	1	12.00	24.00	36.00