

Утверждаю:

Государственное бюджетное  
учреждение Липецкой области  
«Центр спортивной подготовки»

С. Н. Переведенцев



Согласовано:

Управление физической культуры и  
спорта Липецкой области

Н. Г. Колесникова



Согласовано:

РОО «Липецкая областная  
федерация легкой атлетики»

Н.В.Рощупкина

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении областного легкоатлетического командного фестиваля  
по программе IAAF «Детская легкая атлетика»  
среди мальчиков и девочек 2007г.р. и моложе.

### I. Цели и задачи

Областной командный фестиваль (далее – соревнования) проводится с целью:

- социальной активности и приобщения детей к здоровому образу жизни;
- повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- развития и популяризации легкой атлетики в Липецкой области;
- выявления и поощрения юных спортсменов;
- определения уровня развития легкой атлетики в городах районах области.

### II. Место и время проведения соревнований

Соревнования проводятся 23 декабря 2018 года в городе Липецке, во дворце спорта «Молодежный» (ул. Космонавтов, 16Б).

Начало соревнований в 11.00 часов.

### III. Руководство проведением соревнований

Общее руководство по организации и проведению соревнований осуществляет государственное бюджетное учреждение Липецкой области «Центр спортивной подготовки», региональная общественная организация «Липецкая областная федерация легкой атлетики».

Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную РОО ЛОФЛА.

Подготовка и проведение соревнований возлагается на главного судью соревнований.

Ответственность за организацию безопасности участников и зрителей возлагается на руководство Дворца спорта «Молодежный».

#### **IV. Программа соревнований разработана в соответствии с рекомендациями ВФЛА**

В программу соревнований включены виды:

- бег через лестницу;
- бег спринтерский-барьерный;
- эстафета Формула 1;
- метание 1 кг мяча, стоя на коленях;
- прыжок в длину с места.

#### **V. Требования к участвующим организациям и участникам соревнований**

К участию в легкоатлетическом фестивале допускаются мальчики и девочки 2007г.р и моложе, **имеющие допуск врача.**

Состав команды 6 участников (3 мальчика+3 девочки) и капитан-волонтер (более старшего возраста).

#### **VI. Зачет и определение победителей**

В зачет командного первенства принимается сумма лучших результатов всех участников в виде, или общий результат команды в эстафете по следующей таблице: 1-е место -1 очко; 2-е место -2 очка; 3-е место -3 очка и т.д.

Команда-победитель и призеры определяются по наименьшей сумме очков, набранных во всех видах программы.

#### **VII. Награждение**

Команда-победительница и команды-призеры награждаются кубками и грамотами.

Все участники получают майки и дипломы.

Награждение проводят выдающиеся спортсмены Липецкой области, участники Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы.

#### **VIII. Финансовые расходы**

**Источник финансирования – средства областного бюджета.**

Государственное бюджетное учреждение Липецкой области «Центр спортивной подготовки» несет расходы по организации и проведению соревнований.

Все расходы, связанные с командированием участников и представителей команд на соревнования, за счет командирующих организаций.

Мандатная комиссия состоится во дворце спорта «Молодежный» 23 декабря 2018 года с 9.00 час. до 10.00 час.

## **IX. Допуск и заявка**

Подтверждение об участии в соревнованиях, предварительные заявки принимаются по телефону: 8- 903-643-43-43 или [roshtata@mail.ru](mailto:roshtata@mail.ru) до 21 декабря 2018 года.

**Справки по телефону: 8 - 903-643-43-43 или [roshtata@mail.ru](mailto:roshtata@mail.ru)**  
**Рощупкина Наталья Викторовна.**

**Данное положение является официальным вызовом на соревнования.**

Государственное бюджетное учреждение Липецкой области  
«Центр спортивной подготовки»  
Управление физической культуры и спорта Липецкой области  
РОО «Липецкая областная федерация легкой атлетики»  
РОО «Олимпийский Совет Липецкой области»



## Беговые виды

### Учебная карточка: Спринтерский/барьерный челночный бег *Спринт/Барьерный челночный бег*

Краткое описание: Комбинированная «челночная» эстафета, состоящая из спринтерского и барьерного бега (до 1 барьера 11 м, между барьерами 6 метров)

#### Процедура

Инвентарь устанавливается, как показано на картинке. Для каждой команды необходимы две дорожки — одна дорожка с барьерами, другая дорожка без барьеров. Первая дистанция — барьерная, а затем члены команды бегут короткую дистанцию как обычную эстафету.

Соревнование заканчивается, как только каждый член команды пробежал и спринтерскую, и барьерную дистанцию. Эстафета проводится таким образом, чтобы передача палочки проводилась левой рукой.

#### Зачет

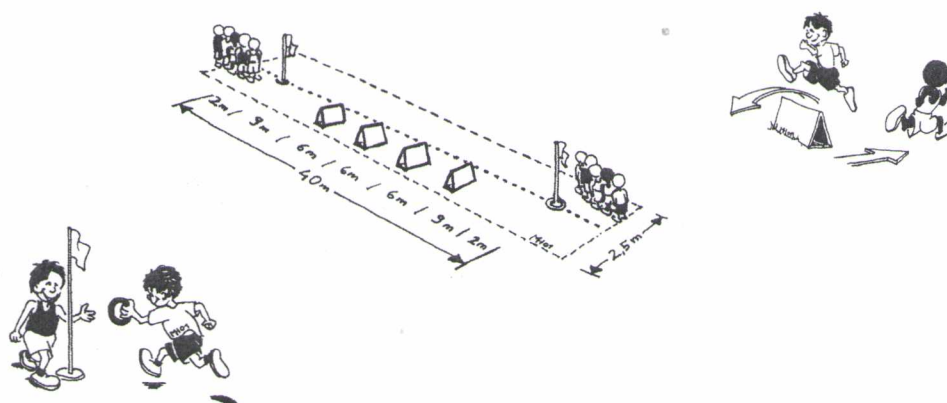
Результат определяет время: побеждает команда, у которой самое лучшее время. Следующие команды занимают места согласно показанному ими времени.

#### Помощники

Для эффективной организации требуется один помощник на каждую команду; который выполняет следующие обязанности:

- Контролирует проведение соревнования.
- Ведет хронометраж.
- Определяет зачет и регистрирует результаты в протоколе.

Рисунок



### *Эстафета. Бег через лестницу*

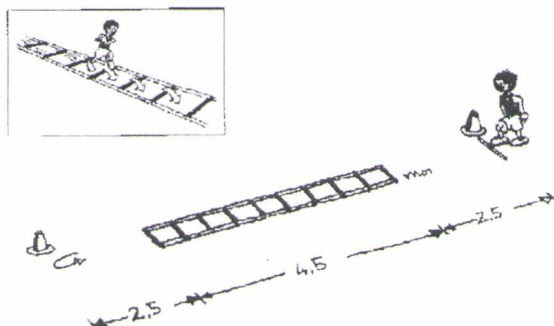
Краткое описание: Бег через лестницу в обоих направлениях

#### Процедура

Две призмы для разметки (на старте и финише) расположены на расстоянии 9.5 м друг от друга. Лестница кладется на пол на одинаковом

расстоянии между призмами (5 м между лестницей и призмой с каждой стороны). Участник с эстафетной палочкой занимает стартовую позицию («старт с места»), носки на линии старта на одном уровне с первой призмой. После команды стартера участник бежит к лестнице, пробегает или проходит её (расстояние между звеньями лестницы 50 см) как можно быстрее и бежит ко второй призме. После того как участник оббежал призму, он быстро поворачивается и бежит обратно по лестнице к первой призме передает эстафетную палочку след. участнику.

### Рисунок



### Метание, стоя на коленях

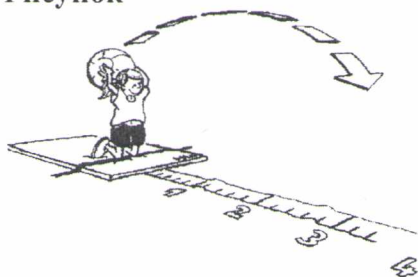
**Краткое описание:** Метание набивных мячей двумя руками на дальность из положения «стоя на коленях»

### Процедура

Участник становится на колени на мат (или на другое мягкое покрытие). Затем участник отклоняется (напрягая тело) и бросает набивной мяч весом 1 кг, используя бросок вперед двумя руками из-за головы на максимальную дистанцию из положения стоя на коленях. После броска участник может упасть вперед на мягкую, поднятую подушку, которая находится перед ним.

*Меры безопасности:* Набивной мяч никогда нельзя бросать в ту сторону, где находятся участники. Рекомендуется принести или прикатить его обратно к линии измерения для следующего участника.

### Рисунок



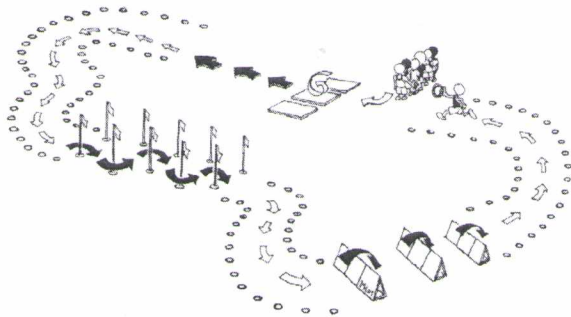
### Зачет

Каждому участнику дается две попытки. Измерения записываются с точностью 20 см (записываются лучшие показатели, если приземление произошло между линиями) и производятся под прямым углом (90 градусов) к линии измерения. Лучшая из двух попыток каждого члена команды засчитывается в общий зачет команды

**«Формула — 1»** — это эстафета, состоящая из гладкого бега, барьерного Дистанция составляет около 100 метров и делится на зону для гладкого спринта, для короткого барьерного бега и для спринта вокруг слаломных палок  
«Формула 1» — это командное соревнование, в котором каждый член команды

должен выполнить бег по всей трассе.

Figure



### **Прыжок в длину с места- 2 попытки**

