УТВЕРЖДАЮ

 Директор МБОУ ДОД ДЮСШ № 1

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.А. Чернявский

 «\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014г.

**П О Л О Ж Е Н И Е**

О проведении открытых соревнований по ОФП среди лыжников

**СОРЕВНОВАНИЯ ПРОВОДЯТСЯ С ЦЕЛЬЮ:**

1. вовлечения подростков и детей к регулярным занятиям спортом и продление активной спортивной жизни спортсменов лыжников;
2. пропаганды здорового образа жизни;
3. повышения спортивного мастерства.

**СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

Соревнования проводятся на лыжной базе «Снежинка» 25 мая 2014 года.

Начало соревнований в 11.00. Регистрация и выдача номеров в 10.00

**УЧАСТНИКИ**

К участию в соревнованиях допускаются все желающие, имеющие допуск врача на участие в соревнованиях, прошедшие регистрацию, получившие нагрудные номера.

**РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЯ**

Общее руководство осуществляет МБОУ ДОД «ДЮСШ № 1» города Усолье-Сибирское, непосредственное проведение возлагается на главного судью соревнований Дейкина А.П..

**ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

1. В 11.00 кросс, возрастными группами

девочки и мальчики 2005 г.р. и младше – 1,0 км

девочки и мальчики 2003 – 2004 г.р. – 1,0 км

девочки и мальчики 2001 – 2002 г.р. – 1,0 км

девушки и юноши 1999 – 2000 г.р. – 2,0 км

девушки и юноши 1997 – 1998 г.р. – 2,0 км

юниорки и юниоры 1996 – 1995 г.р. – 2,0 км

женщины и мужчины 1994 г.р. и старше – 2,0 км

1. После кросса юноши соревнуются в подтягивании на перекладине и сгибании и разгибании рук в упоре лежа от земли, девушки в сгибании и разгибании рук в упоре лежа от земли,
2. Прыжки в длину с места.

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

Победитель определяется в каждой возрастной группе по наименьшему показателю путем сложения мест занятых в трех видах соревнования. При одинаковом количестве очков победителем становится участник, занявший более высокое место в кроссе.

**НАГРАЖДЕНИЕ**

Победитель и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотой и медалью.

**ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Затраты на маркировку и подготовку трассы, оплата судейской коллегии и приобретение грамот несет МБОУ ДОД «ДЮСШ № 1»

Контактный телефон: 89501357670 Дейкина Лариса