

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования для детей»
Октябрьского района г. Саратова



УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МУДО ЦДОДД
Н.А. Полякова

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении региональных соревнований по жиму штанги лёжа
«Богатырская сила», посвящённых Году Защитника Отечества

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о региональных соревнованиях по жиму штанги лёжа (далее – Положение, соревнования) определяет цели, задачи, условия и порядок проведения соревнований по жиму штанги лёжа «Богатырская сила», посвящённых Году Защитника Отечества.

1.2. Организатор соревнований – региональный ресурсный центр по координации деятельности образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности на базе муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования для детей» Октябрьского района г. Саратова.

2. Цели и задачи соревнований

Цель соревнований — развитие физической культуры и спорта, повышение уровня спортивного мастерства, пропаганда здорового образа жизни и спортивных достижений среди детей и подростков.

Задачи:

1. Содействие гражданско-патриотическому и духовно-нравственному воспитанию подрастающего поколения.
2. Популяризация жима штанги лёжа как вида спорта.
3. Выявления сильнейших спортсменов.
4. Популяризация тренировок в тренажёрном зале.
5. Пропаганда здорового образа жизни.

3. Участники соревнований

3.1. К участию в соревнованиях приглашаются учащиеся, посещающие объединения реализующие программы ДООП. К участию в соревнованиях допускаются учащиеся, имеющие соответствующую подготовку, медицинскую справку о допуске к силовым соревнованиям.

3.2 Соревнования проводятся по весовым категориям:

- До 60 кг.,
- До 67.5 кг.,
- До 75 кг.
- Свыше 75 кг.

4. Место и время проведения соревнований

4.1 Соревнования проводятся 14 ноября 2025 года на базе подросткового клуба «Атлет» МУДО ЦДОДД по адресу г. Саратов, ул. Политехническая ул., 62/70.

4.2 Начало соревнований в 11.00 часов. Взвешивание и регистрация с 10.00 до 10.45 часов.

5. Руководство подготовкой и проведения соревнований

5.1 Главный судья соревнований: Рахманов Вячеслав Александрович – элита России по жиму штанги лёжа, Чемпион России, Европы, Мира по жиму штанги лёжа.

5.2. Судейская коллегия состоит из главного судьи и помощников, осуществляющих контроль техники выполнения и соблюдения правил.

5.3. Каждому участнику предоставляется три попытки для выполнения жима.

5.4. Победителем в каждой возрастной и весовой категории становится участник с наибольшим весом, поднятым в жиме, либо с максимальным количеством правильных попыток при использовании одинакового веса.

6. Правила проведения выполнения жима штанги лёжа

6.1. Участник приступает к жиму после команды судьи «Старт».

6.2. Штанга снимается со стоек, опускается на груди, после команды «Жим» выполняется выжимание вверх.

6.3. В момент паузы в верхнем положении штанга должна быть зафиксирована на прямых руках минимум 1 секунду.

6.4. Запрещены отталкивания штанги грудной клеткой, раскачивания тела, поднятие ягодиц со скамьи.

6.5. После завершения попытки участник возвращает штангу на стойки после команды судьи «Стойки».

6.6. Попытка признаётся правильной при соблюдении вышеуказанных требований и подтверждении судьями.

6.7. Подача апелляции на решение судейской коллегии не предусмотрена.

6.8. Минимальный начальный вес для участников – 30 кг. Не разрешается использование специальной экипировки (маек для жима).

7. Награждение

7.1. Победители и призёры награждаются дипломами, медалями.

7.2. Особые номинации могут быть учреждены по решению организаторов.

8. Финансовые условия

8.1. Расходы на организацию и проведение соревнований покрываются за счет средств организаторов, спонсоров и благотворительной поддержки. Расходы на трансфер до места соревнований покрываются за счет направляющей стороны.

9. Безопасность и медицина

9.1. На месте проведения соревнований обеспечивается присутствие медицинского персонала.

9.2. Все участники должны быть ознакомлены с правилами техники безопасности и иметь соответствующую экипировку.

9.3. В случае травмы или ухудшения состояния здоровья участника, медицинский персонал принимает решение о прекращении его участия.

10. Заявки

Заявки на участие в соревнованиях принимаются в электронном виде на почту rrcfizkult-sport@vandex.ru до 12 ноября 2025 года включительно.

11. Согласие на обработку персональных данных

Указывая персональные данные Участника(ов) в форме заявки (включая данные несовершеннолетних), Участник тем самым полностью и безоговорочно принимает условия по обработке персональных данных в соответствии с федеральным законодательством России, в частности ФЗ РФ «О персональных данных».

12. Контактная информация.

По всем вопросам о проведении соревнований обращаться по номер: 8(8452)-29-31-24

Приложение № 1
к Положению о проведении
региональных соревнований по жиму штанги
лежа «Богатырская сила»,
посвященных Году Защитника Отечества

**Заявка на участие в региональных соревнованиях по жиму штанги лежа
«Богатырская сила», посвященных Году Защитника Отечества**

(муниципальный район (городской округ), населенный пункт, наименование учреждения)

1. Участники:

№п/п	ФИО	Дата рождения	Отметка врача о допуске
1			допущен/печать врача
2			допущен/печать врача
3			допущен/печать врача

2. Руководящий состав команды (тренер, педагог, сопровождающий):

№ п/п	ФИО	Место работы, должность	Мобильный телефон
1			
2			

Директор учебного заведения _____ (_____) « _____ » _____ 20 _____ год

МП _____ подпись _____ расшифровка подписи _____

Руководитель объединения _____ (_____) « _____ » _____ 20 _____ год

подпись _____ расшифровка подписи _____

Допущено _____ человек Врач _____ (_____) « _____ » _____ 20 _____ год

МП _____ подпись _____ расшифровка подписи _____

*Заявка присылается организаторам в виде сканированного документа

Приложение № 2
к Положению о проведении
региональных соревнований по
жиму штанги лежа
«Богатырская сила»,
посвященных Году Защитника
Отечества

**Согласие на обработку персональных данных
участника региональных соревнований по жиму штанги лежа «Богатырская сила»,
посвященных Году Защитника Отечества**

Я, _____
(ФИО)

Проживающий по адресу _____

Паспорт № _____ серия _____ выдан _____

на основании Федерального закона от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных».

Настоящим даю согласие на обработку моих персональных организаторам Соревнований - региональному ресурсному центру по координации деятельности образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности на базе муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования для детей» Октябрьского района г. Саратова для участия в названных соревнованиях. Я даю согласие на использование, сбор, запись, накопление, хранение, передачу, распространение моих персональных данных исключительно в следующих целях: обеспечение моего участия в Соревнованиях; размещение в информационно – телекоммуникационной сети Интернет, на официальных страницах муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования для детей» Октябрьского района г. Саратова. Настоящее согласие на обработку персональных данных действует на период проведения соревнований и может быть отозвано мной в любое время путем подачи оператору заявления в простой письменной форме. Персональные данные субъекта подлежат хранению в течение сроков, установленных законодательством Российской Федерации. Персональные данные уничтожаются: по достижению целей обработки персональных данных; при ликвидации или реорганизации оператора; на основании письменного обращения субъекта персональных данных с требованием о прекращении обработки его персональных данных (оператор прекратит обработку таких персональных данных в течение 3 (трех) рабочих дней, о чем будет направлено письменное уведомление субъекту персональных данных в течение 10 (десяти) рабочих дней.

Подпись _____ / _____ /

Дата «__» _____ 2025 года

* Согласие присылается организаторам в виде сканированного документа

Приложение № 3
к Положению о проведении
региональных соревнований по
жиму штанги лежа
«Богатырская сила»,
посвященных Году Защитника
Отечества

**Согласие родителя (законного представителя)
участника региональных соревнований по жиму штанги лежа «Богатырская сила»,
посвященных Году Защитника**

Я, _____
(Ф.И.О. родителя (законного представителя несовершеннолетнего обучающегося))

паспорт _____, выдан _____
(серия, номер) (когда, кем)

(в случае опекунов указать реквизиты документа, на основании которого осуществляется опека и попечительство)

Ознакомлен (а) с Положением о проведении региональных соревнований по жиму штанги лежа «Богатырская сила», посвященных Году Защитника годов и даю согласие на обработку персональных данных моего ребёнка организаторам соревнований - региональному модельному центру дополнительного образования детей региональному ресурсному центру по координации деятельности образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности на базе муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования для детей» Октябрьского района г. Саратова для участия в названных Соревнованиях.

дата рождения ребенка _____
(фамилия, имя, отчество ребёнка) _____

паспорт _____ (свидетельство о рождении) ребенка _____,
выдан(о) _____ серия, номер _____ (когда, кем) _____

Перечень персональных данных, на обработку которых даётся согласие: фамилия, имя, отчество, паспортные данные родителя; фамилия, имя, отчество, домашний адрес, дата рождения, паспорт, свидетельство о рождении, телефон, электронный адрес, результаты участия в соответствующих Соревнованиях

Организатор вправе осуществлять обработку указанных персональных данных, в том числе: сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, передачу (распространение, предоставление, доступ) персональных данных образовательным учреждениям, министерству образования области, иным организациям и физическим лицам, отвечающим за организацию и проведение различных этапов названных Соревнований.

Я даю согласие на использование, сбор, запись, накопление, хранение, передачу, распространение персональных данных моего ребёнка исключительно в следующих целях: обеспечение участия в Соревнованиях; размещение в информационно – телекоммуникационной сети Интернет, на официальных страницах муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования для детей» Октябрьского района г. Саратова.

Срок действия данного соглашения не ограничен. Обработка персональных данных осуществляется организаторами смешанным способом.

Подпись _____ / _____ /

Дата « ____ » _____ 2025 года