

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
КОВДОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**ПРИКАЗ**

13.11.2023

№ 572

г. Ковдор

**О проведении муниципального этапа  
Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области**

На основании протокола заседания Правления Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» от «01» сентября 2023 г. № 25 и в соответствии с утвержденным «Календарным планом спортивных и физкультурных мероприятий Ковдорского муниципального округа на 2023 год», **п р и к а з ы в а ю**:

1. Провести с 01.12.2023 по 01.03.2024 муниципальный этап Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области.

2. Утвердить Порядок проведения муниципального этапа Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области (приложение № 1).

3. Считать соорганизатором Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области региональное отделение Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение Первых» Мурманской области.

4. Утвердить смету расходов на проведение муниципального этапа Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области (приложение №2).

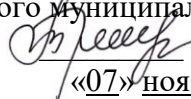
5. Оплатить расходы из средств муниципальной целевой программы «Развитие молодежной политики, формирование здорового образа жизни, развитие физической культуры и спорта».

6. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

**Начальник МКУ  
Управление образования  
Ковдорского муниципального округа**



**И.А. Тренина**

Утверждаю  
Начальник МКУ Управление образования  
Ковдорского муниципального округа  
 И.А. Тренина  
«07» ноября 2023 года

## Порядок проведения муниципального этапа Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий порядок проведения муниципального этапа Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области (далее – Порядок) разработан на основании Положения об организации и проведении Всероссийского проекта «Вызов Первых» (далее – Проект), утвержденного протоколом заседания Правления Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» от «01» сентября 2023 г. № 25 (далее – Положение).

1.2. Региональное отделение Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» Мурманской области (далее – региональное отделение Движения Первых) является соорганизатором Проекта в части, определенной Положением.

1.3. Муниципальный этап Проекта является I этапом его реализации и проводится в очном формате повсеместно на территории Мурманской области.

**Важно!** Соревнования проекта проходят по круговой системе соревнований, а не олимпийской (где участник выбывает из турнира после первого же проигрыша). Круговая система – система, при которой каждый участник соревнований играет с каждым в ходе тура. Это обеспечивает максимальную теоретическую достижимую справедливость и погруженность в проект. Проект реализуется поэтапно, интегрируя в первую очередь первичные отделения Движения Первых и образовательные организации. Виды дисциплин, которые включены в проект, предложены участниками Движения Первых и не дублируют существующие соревнования и спартакиады. В проекте принимают участие сборные/мультиспортивные команды по нескольким дисциплинам: обязательным и дополнительным. Обязательные – это наиболее доступные дисциплины для организации муниципальных и региональных этапов, не требующие существенных вложений в оснащение или спортивный инвентарь. Дополнительные – это преимущественно новые направления, с которыми преподаватели физической культуры могут быть еще не знакомы, или требующие более объемного организационного включения при проведении первых этапов, например, специальный или труднодоступный инвентарь. В рамках каждой возрастной категории есть свои виды обязательных и дополнительных дисциплин.

## 2. Условия участия

2.1. Участие в Муниципальном этапе Проекта могут принимать обучающиеся общеобразовательных организаций, учреждений дополнительного образования, члены первичных отделений Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» и профессиональных образовательных организаций (далее - Обучающиеся).

2.2. К участию в Муниципальном этапе Проекта приглашаются Обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом, в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях». Допуск для участия определяет школьная медицинская сестра.

2.3. Для участия в Муниципальном этапе Проекте необходимо:

- зарегистрироваться или авторизоваться на сайте Движения Первых;
- подать заявку на участие на странице Проекта на сайте Движения Первых (срок подачи заявок – до 29 ноября 2023 года включительно).

Сайт: <https://спорт.будьвдвижении.рф;>

- создать команду для участия в Муниципальном этапе Проекта (в команде должно быть минимум 8 человек);

- дать согласие на обработку персональных данных после ознакомления и согласия с ним путем нажатия на кнопку при регистрации на сайте Движения Первых. Форма такого согласия представлена в Приложении № 4 к Положению об организации и проведении Всероссийского проекта «Вызов Первых»;

- дать согласие на обработку персональных данных, разрешенных субъектом персональных данных для распространения неограниченному кругу лиц нарочным способом по форме согласно Приложению № 5 к Положению об организации и проведении Всероссийского проекта «Вызов Первых»;

- согласие на обработку персональных данных и согласие на обработку персональных данных, разрешенных субъектом персональных данных для распространения неограниченному кругу лиц, за участников Муниципального этапа Проекта, не достигших возраста 14 (четырнадцати) лет, дают их родители/законные представители. За участников Муниципального

этапа Проекта, достигших 14 (четырнадцати) лет – самостоятельно сами участники.

2.4. Распределение возрастных категорий участников (каждая направляющая сторона (образовательная организация/первичное отделение) определяет возрастную категорию команды самостоятельно):

- 1 категория: Обучающиеся, родившиеся не раньше 5 июня 2014 года и не позже 31 августа 2017 года (6-9 лет);
- 2 категория: Обучающиеся, родившиеся не раньше 5 июня 2011 года и не позже 4 июня 2014 года (10-12 лет);
- 3 категория: Обучающиеся, родившиеся не раньше 5 июня 2008 года и не позже 4 июня 2011 года (13-15 лет);
- 4 категория: Обучающиеся, родившиеся не раньше 4 июня 2005 года и не позже 4 июня 2008 года (16-18 лет).

2.5. Муниципальный этап Проекта предусматривает командный формат участия. В дисциплинах Проекта допускается участие одного или нескольких человек от команды.

2.6. Условия участия в обязательных дисциплинах Муниципального этапа Проекта содержатся в Приложении 2.

2.7. Условия участия в дополнительных дисциплинах Муниципального этапа Проекта содержатся в Приложении 3.

2.8. Команда Организации считается сформированной в том случае, если хотя бы в одной возрастной категории набраны все участники в обязательных дисциплинах Проекта.

### **3. Процесс регистрации и участия команды на Проекте**

3.1. Организациям, желающим принять участие в Проекте, необходимо определить ответственного за формирование команды, который в последующем станет менеджером команды (далее – менеджер команды). Менеджером команды может стать только тот, у кого на платформе [будьдвижения.рф](http://будьдвижения.рф) в личном кабинете выбран статус: ученик, педагог, студент ССУЗа, выпускник. При статусах «Взрослый» и «Партнер» в личном кабинете принять участие в проекте не представляется возможным. Рекомендуется назначить менеджером команды учителя физической культуры.

3.2. Менеджеру команды зарегистрироваться на сайте [будьдвижения.рф](http://будьдвижения.рф), затем на сайте [спорт.будьдвижения.рф](http://спорт.будьдвижения.рф) зарегистрировать команду от Организации.

3.3. Менеджер команды организывает сбор участников для Проекта. При необходимости проводит внутренний/школьный отбор.

3.4. Затем в личном кабинете на сайте [спорт.будьдвижения.рф](http://спорт.будьдвижения.рф) менеджер команды копирует ссылку на приглашение в команду и направляет ее участникам команды. Заявка команды на участие в турнире считается сформированной и принятой, если в составе команды по одной из категории присутствует 8 или более участников.

3.5. Процесс регистрации участника и вступления в команды:

3.5.1. Менеджер команды отправляет ссылку потенциальным участникам команды.

3.5.2. Участник регистрируется на сайте будвдвдвижении.рф.

3.5.3. Участник переходит по ссылке от менеджера команды для вступления в команду.

3.5.4. Участник принимает вступление в команду.

3.6. После завершения регистрации система автоматически распределит все команды по группам в рамках одной возрастной категории. В одной группе должно быть не менее 4 команд.

Эти команды соревнуется друг с другом в период с 1 декабря 2023 года по 1 марта 2024 года.

#### **4. Награждение**

4.1. Награждение победителей и призеров муниципального этапа Проекта осуществляет МКУ Управление образования Ковдорского муниципального округа.

4.2. Команды-победители муниципального этапа Проекта награждаются кубками (статуэтками) и дипломами. Участники команд – медалями.

#### **5. Условия финансирования**

5.1. Расходы, связанные с организацией и проведением I этапа Проекта, осуществляются МКУ Управлением обращения Ковдорского муниципального округа.

#### **6. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

6.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353.

6.2. Проект проводится в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденным Министром спорта Российской Федерации О.В. Матыциным и Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю. Поповой 31.07.2020.

**Обязательные дисциплины проекта**

№	Дисциплина	Возрастные категории участников, количество и пол			
		1 категория 6-9 лет	2 категория 10-12 лет	3 категория 13-15 лет	4 категория 16-18 лет
1.	Классики	2м 2ж	2м 2ж	-	-
2.	Эстафета “Бег сороконожек”	2м 2ж	2м 2ж	-	-
3.	Метание мячей в цель	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж
4.	Планка	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж
5.	Гимнастика (наклон вперёд из положения стоя)	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж
6.	Челночный бег	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж
7.	Вышибалы	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж
8.	Спортивная скакалка	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж	2м 2ж
9.	Прыжок в длину с места	-	-	2м 2ж	2м 2ж
10.	Воздушно-силовая атлетика	-	-	1	1
11.	Бесконтактное регби	4	4	4	4
	Минимальное количество участников	8	8	8	8
	Рекомендуемый резерв	4	4	4	4

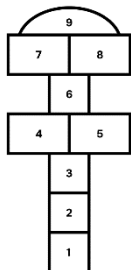
**Обязательные дисциплины****Дисциплина 1. Классики**

**Классики** – старинная детская игра, популярная во всём мире, включая Россию. Играют в «классики», как правило, на твердом покрытии, расчерченном на квадраты. Играющие, прыгая на одной ноге без ограничения числа прыжков, ей же толкают «бит(к)у» (хоккейную шайбу заводского изготовления) из квадрата в следующий квадрат, стараясь не попасть битой на черту и не наступить на черту ногой.

## Участники дисциплины и категории

Соревнования командные, проводятся в 1 и 2 категории. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

### ВЫЗОВ ПЕРВЫХ КЛАССИКИ



## Разметка

Размер каждого квадрата не менее:

Категория 1 – 35x35 см.,

Категория 2 – 40x40 см.

## Правила проведения

- Каждому участнику дается по одной попытке.
- В начале раунда битка устанавливается на цифре 1 (шайба хоккейная, детская, весом от 75 до 87 грамм).
- Играющий должен прыгать на 1 ноге.
- Опорной ногой (на которой совершается прыжок) играющий толкает «битку».
- Прыжок совершается из квадрата в следующий квадрат, играющий старается не попасть биткой на черту и не наступить на черту ногой.
- За полное прохождение без заступлений на черту ногой и без попадания битки на черту начисляется 10 баллов.
- За попадание ногой на черту – штрафной 1 балл.
- За попадание биткой на черту – штрафные 0,5 балла.
- За перелет битки через квадрат – штрафной 1 балл.
- За вылет битки из квадрата – штрафные 2 балла.
- Победителем в ходе раунда является тот, кто набрал наибольшее количество баллов.

## Определения победителей

Побеждает команда, у которой сумма очков всех 4-х участников больше. В случае равенства очков у двух или более команд, то нескольким командам может быть присуждено 1-е, 2-е или 3-е место.

## Инвентарь

Шайба детская хоккейная. Высота 20 мм, диаметр 60 мм, масса 80 г.

## Дисциплина 2. Эстафета «бег сороконожек»

**Эстафета «Бег сороконожек»** – дисциплина, которая способствует развитию физических навыков, социальных навыков и помогает детям укрепить связь в команде.

### Участники дисциплины и категории

Соревнования командные, проводятся в 1 и 2 категории. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

### Разметка:

Конус устанавливается на расстоянии 10 метров от линии старта.

### Правила проведения:

- Команда стоит в колонну по одному, у линии старта в произвольном порядке.
- По сигналу судьи первый участник команды бежит до конуса, обегает его и бежит обратно, берёт за руку второго участника.
- Первый и второй участник вместе бегут до конуса, оббегают его вдвоём и бегут обратно, берут за руку третьего участника и так далее.
- В конце эстафеты участники бегут всей командой до линии финиша/старта.
- Время фиксируется в момент пересечения линии финиша/старта последним участником команды.

### Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник начал выполнение испытания до свистка судьи или команды судьи «Марш!» (фальстарт);
- во время бега участник помешал рядом бегущему;
- цепь участников была разорвана, для продолжения необходимо сначала восстановить цепь и затем продолжить бег.

### Определение победителей:

Команды бегут друг против друга в 1/2 финала, после проводится забег за 3 место и финал.

### Инвентарь:

2 конуса, малярная лента, секундомер.



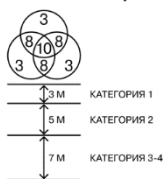
## Дисциплина 3. Метание мячей в цель

**Метание мячей в цель** – дисциплина, которая развивает меткость, зоркость и умение концентрироваться.

### Участники дисциплины и категории:

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

ВЫЗОВ ПЕРВЫХ  
МЕТАНИЕ МЯЧЕЙ В ЦЕЛЬ



### Разметка:

Для разметки используются 6 обручей, диаметром от 54 до 65 см, диаметр всех 6 обручей должен быть одинаковый.

Категория 1 – цель находится на расстоянии 3 метров, категория 2 – цель находится на расстоянии 5 метров, категории 3 и 4 – цель находится на

расстоянии 7 метров.

### Правила проведения:

- 2 команды выстраиваются в линию, каждый участник получает по 3 мячика.
- каждый участник делает один пробный бросок и по 3 зачетных броска.
- судья фиксирует каждое попадание, объявляет количество очков и дает разрешение выполнить следующий бросок.
- если участник выполняет бросок без разрешения судьи, то мяч участнику не возвращается, очки не засчитываются.
- побеждает команда, которая набирает наибольшее количество очков.

Если при приземлении мяч попадает в любое ребро обруча, независимо от сектора, начисляется 1 очко. Судья самостоятельно определяет сектор, в который попал мяч. Споры с судьей запрещены. В случае споров со стороны тренера команды или участников, судья вправе лишить команду игрового мяча или дисквалифицировать игрока.

### Определения победителей

Лучший бросок участника команды суммируется с другими лучшими бросками участников этой команды. Побеждает команда, которая набирает наибольшее количество очков. В случае равенства очков у двух и более команд, проводится по одному дополнительному броску. Участника броска определяет команда самостоятельно. Если после дополнительного броска возникает равенство баллов,

проводится еще по одному дополнительному броску и так далее, пока не будет определен победитель.

### **Инвентарь**

6 обручей одинакового диаметра, диаметр одного обруча может составлять от 54 до 65 см, 6 теннисных мячей, малярная лента для фиксации обручей.

## **Дисциплина 4. Планка**

**Планка** – универсальное статическое упражнение, проводится в позе похожей на позу отжимания. Вес тела держится на руках, локтях и пальцах ног. Локти должны быть расположены под плечами вертикально под прямым углом, а все остальные части тела должны быть вытянуты в прямой линии, не приподнятые и не закругленные.

### **Участники дисциплины и категории:**

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

### **Правила проведения:**

Проводится одновременно для четырех команд. Участники принимают исходное положение планки – упор лежа, руки согнуты в локтях. Локти должны быть под плечами, носки упираются в пол. Голова, туловище и ноги должны составлять одну прямую линию. Цель – удерживать положение планки максимально возможное количество времени. Участник, который прекращает выполнение упражнения или выполняет его с ошибкой (голова, туловище и ноги перестают составлять одну прямую линию), выбывает. Судья следит за правильным выполнением упражнения.

### **Определения победителей**

Победителем становится команда, участники которой продержались в планке наибольшее количество времени. Время каждого участника суммируется и определяются победители.

### **Инвентарь:**

Секундомер.

## Дисциплина 5. Гимнастика (наклон вперед из положения стоя)

**Наклон вперед из положения стоя** является активным движением с полной амплитудой, способствующим улучшению гибкости. Кроме того, упражнение используют для оценки (тестирования) гибкости.

### **Участники дисциплины и категории:**

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

### **Правила проведения:**

- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. Линейка измерения прикреплена к скамье, «0» - верхний край скамьи.

- Участник должен выполнять упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног коленях.

- Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

- При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. В случае потери равновесия при выполнении испытания, допускается повторное выполнение.

### **Определения победителей**

Побеждает команда, которая показывает наибольшую гибкость, основываясь на сумме результатов каждого участника команды. За каждый сантиметр ниже уровня гимнастической скамьи начисляется по одному очку, за каждый сантиметр выше уровня гимнастической скамьи вычитается по одному очку.

### **Инвентарь:**

Гимнастическая или обычная скамья, 20-ти сантиметровая линейка.

## Дисциплина 6. Челночный бег

**Челночный бег** – вид бега, характеризующийся многократным прохождением одной и той же короткой дистанции в прямом и обратном направлении. На конечном отрезке спортсмен должен коснуться ногой земли за размеченной линией.

## **Участники дисциплины и категории:**

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

## **Разметка:**

Конус устанавливается на расстоянии 10 метров от линии старта. Малярной лентой отмечаются линии старта и финиша.

## **Правила проведения:**

- Дисциплина выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и финиша. Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 метров.
- По команде «На старт» два участника становятся перед стартовой линией так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая нога была отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено).
- По команде «Внимание!», участник наклоняет корпус вперёд и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу, допустимо опираться рукой о землю.
- По свистку судьи или команде «Марш» участник должен пробежать 10 метров, коснуться площадки за линией разметки любой частью тела, поворачивается кругом, пробегает еще 10 м, коснувшись площадки за линией разметки любой частью тела, поворачивается кругом, пробегает финишный отрезок.

## **Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:**

- участник начал выполнение испытания до свистка судьи или команды «Марш!» (фальстарт);
- во время бега участник помешал рядом бегущему;
- участник не пересек линию во время разворота любой частью тела.

## **Определение победителей:**

4 участника одной команды соревнуются против 4 участников второй команды в 4 раундах. За победу в каждом раунде начисляется 1 очко. В случае, если счет равен 2-2, назначается экстрараунд, где команды самостоятельно определяют по одному участнику. Сначала проводятся забеги 1/2 финала, затем забег за третье место и финал.

## **Инвентарь:**

Малярная лента, 2 конуса, секундомер.

## Дисциплина 7. Вышибалы

«**Вышибалы**» – это энергичная игра, которая позволяет участникам проявить свои физические данные и сноровку. Главная цель игры – «выбить» игроков соперника из игровой зоны.

### Участники дисциплины и категории:

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.



### Разметка:

Используется разметка волейбольной площадки с двумя 6-метровыми зонами.

### Правила проведения:

- игра длится 5 минут «грязного времени».
- в начале игры игроки располагаются в своей зоне по 4 человека. Запасные игроки могут находиться за игровой зоной своей команды и подавать мячи.
- судья располагается на центральной линии, проводит жеребьевку за право владения мячом и дает свисток для начала матча.
- команды в течение 2 минут «грязного времени» пытаются выбить игроков соперника, после чего судья даёт свисток и сокращает игровое поле в два раза. Через две минуты судья еще раз сокращает игровую площадь в два раза.
- судья фиксирует попадания мячом в игрока соперника, дает свисток и указывает на игрока, в которого попал мяч. При свистке игра не останавливается.
- побеждает команда, которая выбила всех игроков соперника или команда, у которой после финального свистка осталось больше всего игроков. В случае равного количества игроков на поле после финального свистка, проигрыш присуждается команде, игрок которой был выбит последним.

**Разрешается** ловить мяч в руки и, если мяч не коснулся земли в этот же момент, бросать его в соперника, если мяч коснулся земли, то игрок, который ловил мяч выбывает. Разрешается давать одну передачу за один розыгрыш, но, если при передаче мяч коснулся земли или вылетел за пределы игрового поля, игрок дававший пас выбывает.

**Запрещается** выходить с игрового поля двумя ногами. В данном случае игрок выбывает.

### **Определение победителей:**

Команды играют друг против друга в 1/2 финала, после матч за 3 место и финал.

### **Инвентарь:**

Секундомер, свисток, игровой мяч 5-го размера, мягкий (наполненный специальным поролоном).

## **Дисциплина 8. Спортивная скакалка**

**Спортивная скакалка** – представляет собой прыжки через скакалку с исполнением различных трюков.

### **Участники дисциплины и категории:**

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

### **Правила проведения:**

Команда соревнуется, выполняя базовые прыжки со скакалкой в 3 раундах.

**1. Раунд** – участвуют 4 участника. Базовый прыжок для выполнения: открытый/крест на двух ногах с вращением скакалки вперед в течение 30 секунд. По специальному сигналу (таймер 4x30 сек), каждый участник прыгает 30 секунд, после чего происходит смена участника, участник начинает вращать скакалку вперед, поочередно выполняя открытый прыжок и прыжок крест. Открытый прыжок «Оpen» – скакалка крутится вперед, руки параллельно друг другу. Прыжок крест «Cross» – скакалка крутится вперед, руки скрещиваются перед собой. Для подсчета прыжков обязательно чередование открытого прыжка и прыжка крест. Судья засчитывает количество правильно выполненных прыжков «Cross» в скрещенном положении рук.

**2. Раунд** – участвуют 4 участника. Базовый прыжок для выполнения: открытый на двух ногах с вращением скакалки назад в течение 30 секунд. По специальному сигналу (таймер 4x30 сек), каждый участник прыгает 30 секунд, после чего происходит смена участника. Судья засчитывает количество правильно выполненных открытых прыжков.

**3. Раунд** – участвуют 4 участника. Базовый прыжок для выполнения: открытый прыжок на двух ногах с вращением скакалки вперед в течение 30 секунд. По специальному сигналу (таймер 4x30 сек), каждый участник прыгает 30 секунд, после чего происходит смена участника. Участник начинает вращать скакалку вперед по сигналу (таймер 1x30 сек), выполняя открытые прыжки на двух ногах. Судья засчитывает количество правильно выполненных прыжков.

### **Определение победителей:**

Участники каждой команды по очереди выполняют прыжки на скакалке, судья фиксирует результат всех 4 участников в каждом раунде. Определение мест победителей производится по сумме правильно выполненных прыжков всех 4 участников одной команды в 3-х раундах.

### **Инвентарь:**

Необходимый инвентарь: 8 одиночных скакалок, счётчик кликер.

## **Дисциплина 9. Прыжок в длину с места**

**Прыжок в длину с места** – это сложное, локомоторное движение, характеризующееся максимальным напряжением работающих мышц в течение очень короткого времени. В результате этого движения тело, подброшенное в воздух, проходит некоторое расстояние с большой скоростью.

### **Участники дисциплины и категории:**

Соревнования командные, проводятся в 3 и 4 категориях. Состав команды – 2 юноши и 2 девушки. В соревнованиях должны быть задействованы все 4 участника.

### **Разметка:**

Выбирается линия прыжка, после чего устанавливается рулетка.

### **Правила проведения:**

- Толчок двумя ногами выполняется на твердой поверхности. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью.
- Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания.
- Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками. На подготовку и выполнение прыжка отводится 1 минута.
- Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.
- Участник делает две попытки, засчитывается лучшая из них.

### **Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:**

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- отталкивание с предварительного подскока;
- поочередное отталкивание ногами;

- использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;
- уход с места приземления назад по направлению прыжка.

### **Определение победителей:**

Побеждает команда, у которой сумма прыжков в лучших попытках наивысшая. Суммируются прыжки всех 4-х участников команды и определяются места.

### **Инвентарь:**

Рулетка.

## **Дисциплина 11. Бесконтактное регби**

### **Бесконтактное регби**

– это тип регби, рассчитанный на начинающих игроков, в особенности детей и подростков. Основные отличия заключаются в упрощенных правилах, а также в наличии тэгов – двух лент на липучках, которые крепятся к поясу игрока.

### **Участники дисциплины и категории:**

Соревнования командные, проводятся в 1, 2, 3 и 4 категориях. Состав команды – 4 участника, обязательно присутствие на поле минимум 1 игрока, противоположенного пола.

### **Разметка:**

Используется разметка стандартной волейбольной площадки 18 на 9 метров.

### **Правила проведения:**

Игру начинают 4 игрока в основном составе каждой команды. Далее в течение игры можно производить замены неограниченное количество раз, но всегда должен оставаться хотя бы один участник противоположенного пола на поле.

Перед стартовым свистком игроки располагаются на своей половине поля. Судья проводит жеребьевку и определяет, какая команда будет владеть мячом первой. Команда, выигравшая жеребьевку, начинает с центра поля, пасом назад. Команды проводят два тайма по 7 минут. Перерыв между таймами составляет 5 минут.

### **Во время игры действуют 5 основных правил:**

1. Запрещено давать передачу вперед. В случае данной передачи судья сигнализирует свистком, и мяч переходит к команде соперника.
2. Когда игрок снимает ленту с соперника, необходимо выкрикнуть слово «ТЭГ». После этого оба игрока (игрок, который снял ленту, и игрок, с которого сняли ленту) находятся вне игры. Игрок, снявший ленту, возвращается в игру после того,



как передаст ленту в руки сопернику, у которого он снял эту ленту. Игрок, у которого сняли ленту, должен снова надеть ленту, заправить футболку в штаны или шорты и только после этого продолжить игру. Если игрок, который снял ленту, просто выбрасывает ее, то он получает минутный штраф. Игрок в начале вводит мяч в игру и только после этого приводит в порядок экипировку. При вводе мяча в игру игроки противоположной команды должны находиться на расстоянии не менее метра и не препятствовать возобновлению игры.

3. Запрещено блокировать продвижение игрока, выбивать мяч из рук, снимать ленты с игрока, не владеющего мячом. За нарушение этих правил на игрока налагается минутный штраф. Владение мячом переходит к команде соперника. Во время удаления игрока нельзя оставлять команду с менее чем двумя игроками на поле. Если в команде происходит удаление трех игроков и оставшиеся два игрока еще не отбыли штраф и не выходят на поле, производится замена удаленного игрока.

4. При ведении мяча его необходимо держать двумя руками. Когда вы заносите мяч за ленту, вы должны прижать его к полу, только в этом случае будет засчитано очко. Если игрок прижал мяч, но при этом соперник успел снять ленту и крикнуть «ТЭГ», то игрок атакующей команды вправе поднять мяч и отдать пас игроку своей команды.

5. Оббегая соперников, игрок может на 3-5 секунд забежать за линию аута, но не более чем на полметра.

**Обязательно** необходимо предусмотреть буферную зону по краям игровой зоны не менее 0,5 метра, за зачетными линиями не менее 1 метра, в которых необходимо убрать все сторонние предметы, включая скамейки и различный спортивный инвентарь.

### **Инвентарь:**

Для игры потребуются мячи для регби следующего размера:

Категория 1 – размер мяча 3, Категория 2 – размер мяча 4, Категория 3, 4 – размер мяча 5. (При отсутствии мячей, можно приобрести только один мяч размера 3).

Ленточки на липучках, «тэги» в количестве 4 штук на команду. Также подойдут любые ленты, например, цветочные. Ленты нарезаются по 20 см.

### **Определение победителей:**

Для проведения данной дисциплины необходимо выделить минимум 2 часа игрового времени. Команды изначально играют друг против друга в один круг.

Затем проводятся матч за третье место и матч за 1 место (1, 2 команда). За победу в групповых играх начисляется 4 очка, за ничью – 2 очка, за поражение – 0 очков.

В случае, если после двух игровых туров выявляются явные лидеры (две команды набрали по 8 очков) и третий тур не имеет турнирного значения, то проводятся матчи 1/2 финала (1 – 4 команда, 2 – 3 команда), матч за 3 место вместо третьего тура и финал.

При равенстве очков у двух и более команд в группе, первой становится команда, набравшая наибольшее количество очков (заносов мяча за линию) во всех матчах, далее идет показатель – наименьшее количество удалений во всех матчах. Если остается равенство в обоих показателях, проводится жеребьевка (орел/решка).

Приложение №2 к приказу  
МКУ Управление образования  
Ковдорского муниципального округа  
от 13.11.2023 № 572

**Смета расходов на проведение муниципального этапа  
Всероссийского проекта «Вызов Первых» в Мурманской области**

<b>№</b>	<b>Наименование</b>	<b>Кол-во, шт.</b>
1.	Медаль «золото» (1 место)	16
2.	Медаль «серебро» (2 место)	16
3.	Медаль «бронза» (3 место)	16
4.	Лента д/медали	42
5.	Диплом	20
6.	Кубок	4

---