

УДК 7:796.093.34(045)

РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ ВОЕННО-СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ ВОЕННО- ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА СРЕДИ ДОПРЫЗЫВНОЙ МОЛОДЕЖИ

Жекенов С.С. - кандидат педагогических наук, ЗРС, директор

Махамбетова С.Д. – МС СССР по дзюдо и самбо, ЗРС, заместитель директора

Елеуов Н.М. – руководитель кабинета начальной военной подготовки

Сарсенбаева Г.Ж. – преподаватель-организатор НВиТП

*Атырауский региональный центр развития физической культуры и спорта,
Атырау, Казахстан*

kabinet_nvp@mail.ru 87015510368

ӘСКЕР ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ ЖАСТАР АРАСЫНДА ӘСКЕРИ- ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТ ТҮРЛЕРІНІҢ ЭЛЕМЕНТТЕРІН ПАЙДАЛАНА ОТЫРЫП, ӘСКЕРИ-СПОРТТЫҚ ЖАРЫСТАР ӨТКІЗУ РЕГЛАМЕНТІ

Жекенов С.С., Махамбетова С.Д., Елеуов Н.М., Сарсенбаева Г.Ж.

Бұл мақалада дене шынықтыру және психологиялық даярлықты арттыруға, олардың төзімділігіне, патриоттық сезімдерін құрметтеуге, жоғары адамгершілік қасиеттерін қалыптастыруға бағытталған әскери-спорттық жарыстарды өткізу регламенті сипатталады.

Түйінді сөз: әскери-қолданбалы спорт түрлері, патриоттық тәрбие.

Резюме

РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ ВОЕННО-СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ ВОЕННО- ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА СРЕДИ ДОПРЫЗЫВНОЙ МОЛОДЕЖИ

Жекенов С.С., Махамбетова С.Д., Елеуов Н.М., Сарсенбаева Г.Ж.

В данной статье описывается регламент проведения военно-спортивных соревнований направленных на повышение физической и психологической

подготовленности, воспитание у них толерантности, уважения и чувства патриотизма, формирования высоких нравственных качеств.

Ключевые слова: Военно-прикладные виды спорта, патриотическое воспитание.

REGULATIONS FOR CONDUCTING MILITARY-SPORTS COMPETITIONS USING ELEMENTS OF MILITARY-APPLIED SPORTS AMONG PRE-CONSCRIPTION YOUTH

Zhekenov S.S., Makhambetova S.D., Yeleuov N.M., Sarsenbayeva G.Zh.

This article describes the rules of military sports competitions aimed at improving physical and psychological fitness, fostering tolerance, respect and a sense of patriotism, and forming high moral qualities.

Keywords: Military-applied sports, Patriotic education.

Цель: Подготовка учащихся к службе в армии и развитие чувства патриотизма, дисциплинированности, воспитание единого сплоченного коллектива, привлечение к здоровому образу жизни, подготовка к преодолению трудностей, выработка навыков действия в экстремальных ситуациях, умение оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему.

Введение: Военно-прикладные виды спорта собирательное название упражнений, их сочетаний, взятых из отдельных видов спорта (лёгкой атлетики, плавания, лыжного спорта и др.), имеющих военно-прикладное значение, которые способствуют развитию качеств и навыков, необходимых для различных воинских специальностей.

В Республике Казахстан патриотическое воспитание молодежи в настоящее время является приоритетным направлением в организации воспитательной работы. Патриотическое воспитание представляет собой систематическую и целенаправленную деятельность органов государственной власти, системы образования по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувство верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Составной частью патриотического воспитания является воспитание, направленное на формирование готовности молодежи к военной службе как особому виду государственной службы. Оно характеризуется специфической направленностью, глубоким пониманием гражданином своей роли и места в служении Отечеству, высокой личной ответственностью за выполнение требований военной службы.

Военно-прикладным видам спорта присущи основные черты любых видов спорта: познавательный характер и разнообразие целей, активности действий, высокая эмоциональность, жизнерадостность. Но вместе с тем военно-прикладные виды спорта имеют свои характерные признаки и особенности. К ним следует, прежде всего, отнести: наличие элементов героики и боевой романтики, и ярко выраженную военно-прикладную направленность знаний.

К участию в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта допускаются члены военно-патриотических клубов, годные по состоянию здоровья. Каждая команда, участвующая в соревнованиях, должна иметь единую военную и спортивную форму одежды.

Состав команды: 15 учащихся (10 юношей + 5 девушек). Команда принимает участие во всех этапах соревнования, в подтягивании на перекладине и в перетягивании каната принимают участие только юноши, в комплексном силовом упражнении только девушки, оказание первой медицинской помощи - 2 девушки.

Этапы соревнований:

1. Стрельба из пневматической винтовки. Дальность до цели 10 метров, мишень № 8, количество боеприпасов 13 (3 пробных + 10 зачетных), положение для стрельбы лежа с руки, время на стрельбу не ограничено.

2. Неполная разборка и сборка АК-74. По команде «К выполнению норматива № 12 приступить!» спортсмен выполняет норматив последовательно: отсоединяет магазин; проверяет оружие на разряженность; вынимает пенал, отделяет шомпол; отделяет дульный тормоз-компенсатор; отделяет крышку ствольной коробки; отделяет возвратный механизм; отделяет затворную раму с затвором; отделяет затвор от затворной рамы; отделяет газовую трубку со ствольной накладкой. После выполнения норматива идет доклад «Готов». По готовности спортсмена подается команда «К выполнению норматива № 13 приступить!». По данной команде последовательно; присоединяет газовую трубку со ствольной накладкой; присоединяет затвор к затворной раме; присоединяет затворную раму с затвором; присоединяет возвратный механизм; присоединяет крышку ствольной коробки; производит контрольный спуск и ставит на предохранитель; присоединяет дульный тормоз-компенсатор; присоединяет шомпол; вставляет пенал; присоединяет магазин. После выполнения норматива обучаемый докладывает «Готов». Места распределяются по минимальному времени выполнения нормативов № 12 и 13

3. Подтягивание на перекладине. Упражнение выполняется: вис, хватом сверху, сгибая руки подтянутся, разгибая руки опустится в вис. Положение вис фиксируется, при подтягивании подбородок должен быть выше перекладины. Запрещается делать раскачивающие движения, замахи, хлестовые движения. Положение ног прямые, пятки вместе. Места распределяются по большому количеству выполненных подтягиваний.

4. Одевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща (РХБЗ норматив № 4). Участники соревнования стоят на одной линии, средства защиты при них. По команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть, Газы!» спортсмены последовательно надевают: защитные чулки, защитный плащ в рукава,

противогаз, защитные перчатки. Места распределяются по минимальному времени выполнения норматива. За каждую ошибку добавляется 15 секунд.

5. *Метание гранаты на точность.* Цель ростовая фигура (мишень № 8), установленная в обозначенном габарите (с кругами: 1-й круг (центральный) радиусом 0,5 м; 2-й – 1 м; 3-й – 1,5 м). Первый круг изготавливается из металла, устанавливается заподлицо с землей и окрашивается в белый цвет. Остальные круги размечаются линиями шириной 5 см. Линия разметки входит в размер меньшего круга. Дальность до цели 25 метров, количество гранат: 3 (600гр), положение для метания - стоя из окопа со ступеньки. Оценка: «5»- попасть в центральный круг, «4» - в средний круг, «3» - во внешний круг, «0» - не попасть в габарит.

6. *Перетягивание каната.* На отведенной для соревнования площадке чертится одна центральная линия, которая должна быть перпендикулярна направлению движения каната. Не разрешается иметь на обуви металлический носок или металлические пластины. Не допускается наличие шипов и гвоздей, выступающих из подошвы или пяток обуви. Состав команды -10 человек. Ни один из участников не должен захватывать канат в пределах длины, ограниченной зелеными метками. На канате не должно быть узлов или петель. В начале перетягивания канат должен быть туго натянут, Каждому участнику разрешается удерживать канат обеими руками, захватывая его обычным образом, т. е. ладони обеих рук должны быть повернуты вверх, а канат должен находиться между телом и плечом. Любой другой захват, препятствующий освобождению движению каната, является тормозом и рассматривается как нарушение правил. Замыкающий член команды захватывает канат руками обычным образом, а конец каната пропускает через подмышечную впадину, далее - через спину, противоположное плечо и зажимает в другой подмышечной впадине. Канат должен постоянно находиться в положении натяжения. Команда дисквалифицируется при получении трех предупреждений, связанных с нарушением правил, в одном перетягивании. Нарушение, допущенное одним участником, считается нарушением правил командой.

Запрещается: намеренно садиться на землю (пол) или медленно вставать после непреднамеренного падения; касаться земли, какой либо частью тела, помимо ступней ног; выполнять любой захват каната, противоречащий правилам; делать любые выемки в земле до команды «Натянуть канат»; выходить за пределы поверхности, на которой проводится соревнование. Соревнование по перетягиванию каната между двумя командами проводится до двух побед одной команды. Перед первым перетягиванием производится жеребьевка с использованием монеты для выбора концов каната. Перед вторым перетягиванием команды меняются местами. Если необходимо третье перетягивание, выбор концов вновь определяется путем жеребьевки.

Перетягивание считается выигранным, если одна из команд переместила канат на требуемое расстояние, указанное метками, или если дисквалифицирована другая команда. Лучшей, считается командой с наименьшим временем на

выигрыш. Процесс перетягивания каната обслуживают трое судей: старший судья и двое боковых судей.

7. *Комплексное силовое упражнение (КСУ-17)*. В комплекс упражнения входит подъем туловища из положения лежа на спине и сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Условия выполнения каждого упражнения определено в соответствующих разделах. Время на выполнение каждого упражнения 30 секунд. Упражнение выполняется непрерывно в течении 1 минуты. Первенство определяется по большему количеству выполненных подъемов и сгибаний, засчитанных судьями.

8. *Оказание первой медицинской помощи*. Раненный и исполнитель лежат. Время, затраченное на обнажение раны, не учитывается (допускается бинтование поверх обмундирования). Перевязочный материал и другие средства оказания первой медицинской помощи (жгуты, шины) находятся в руках исполнителя или рядом с ним. Время отсчитывается с момента начала развертывания перевязочного материала до закрепления повязки (булавкой или концами надорванной ленты бинта). Время выполнения увеличивается на 15 секунд при: повязка наложена слабо (сползает) или при ее наложении образуются «карманы», складки; повязка не закреплена или закреплена узлом над раной. Места распределяются по минимальному времени выполнения норматива, при одинаковом времени между этими участниками проводится дополнительное соревнование.

В командных зачетах за занятое 1 место команде начисляется 10 баллов, за 2 место - 9 баллов, за 3 место - 8 баллов, за 4 место - 7 баллов, за 5 место - 6 баллов, за 6 место - 5 баллов, за 7 место — 4 балла, за 8 место - 3 балла, за 9 место - 2 балла, за 10 место - 1 балл в общий зачет. Командные места соревнований определяются по наименьшей сумме мест, занятых во всех видах соревнований отдельно по категориям участников. В случае равенства очков у двух и более команд, места между ними определяются по наибольшему количеству занятых первых, вторых, третьих, и т.д. мест в отдельных видах соревнований.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры - М.: Изд-во ДОСААФ, 1996 г.
2. Лукашов П.Д. Военно-спортивные игры на местности. Пособие для учителей. - М.: Просвещение, 1978 г.
3. «Об утверждении нормативов по физической подготовке в Вооруженных Силах Республики Казахстан» Приказ Министра обороны Республики Казахстан от 5 мая 2014 года за № 195.