

"Утверждаю"

Координатор кадетских классов
М.А.Переледова
----октября 2018г.

ПОЛОЖЕНИЕ

проведения командного первенства кадетских классов
по «Армрестлингу», посвящённого празднику «Принятие клятвы кадета»

1.Цели и задачи.

1. Первенство проводится с целью воспитание патриотизма, чувства любви к родине, уважения к ветеранам войны и спорта.
2. Популяризация «Армрестлинга» - как одного из массовых и увлекательных видов спорта.
3. Повышение спортивно-технического мастерства спортсмена.
4. Выявление сильнейших спортсменов в данном виде спорта

2.Место и время проведения.

Соревнования проводятся 12 октября 2018 года, в тренажерном зале МБОУ ДЮСШ.

Начало соревнований в 12 часов.

3.Организация и условия проведения.

1. К участию в соревнованиях допускаются кадеты, старше 14-ти лет относящиеся к основной медицинской группе здоровья.
2. Рукоборцы выступают в спортивной одежде и спортивной обуви. Руки до середины плеча и кисти рук должны быть обнажены (Запрещается пользоваться любыми предохраняющими бинтами и повязками на запястьях и локтях, а также иметь кольца и перстни на пальцах.) Руки участников должны быть чистыми, без признаков кожных заболеваний, ногти коротко подстрижены.
3. Победители первенства определяются в командном зачете.
4. Весовые категории нет.
5. Соревнования проводятся по круговой системе.

Правила соревнования по «Армрестлингу»

1.Захват - В стартовой позиции спортсмены должны захватить руки таким образом, чтобы рефери видел суставы больших пальцев. Захват рук должен располагаться над центром стола (в вертикальном положении). Локти могут устанавливаться в любом месте подлокотника, кисть и предплечье должны составлять прямую линию. **2.Стойка** - Свободной рукой спортсмен должен захватить штырь стола. Плечи участников поединка должны быть параллельны краю стола и не выходить за контрольную линию. Каждый участник поединка может при желании упираться одной ногой в ближнюю к себе стойку стола. Можно упираться ногой в дальнюю от себя стойку стола, если это не вызывает возражений соперника. В случае возражений соперника ногу от дальней стойки стола необходимо убрать.

3. Команды - Поединок начинается по команде "Внимание! Марш!" ("Ready! Go!") и заканчивается по команде "Стоп!" ("Stop!"). Победа присуждается спортсмену при любом соприкосновении пальцев, кисти или предплечья соперника с валиком.

В случае срыва захвата или объявления предупреждения участники имеют право на отдых в течение 30 секунд. При срыве захвата в финальном поединке кисти рук спортсменов связываются ремнём.

4. Нарушения правил:

1. Соскальзывание локтя с подлокотника.
 2. Пересечение средней линии стола головой, плечами.
 3. Касание головой или плечом своего предплечья или захвата рук.
 4. Умышленный разрыв захвата в некритическом для себя положении.
 5. Использование положения, которое может повлечь за собой травму собственной руки.
 6. Потеря контакта свободной руки со штырем стола.
- #### **7. Отрыв обеих ног от пола**
8. Провоцирование ситуации, при которой рука соперника может быть повреждена.

4. Организация и судейство соревнований.

Организация и проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию в составе:

Главный судья: Терентьев А.А. (преподаватель физической культуры)

Главный секретарь: Лебедев В.В. (тренер-преподаватель .