

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГАНОУ МАШ РС (Я)  
Татарнинова С.С. 



## ПОЛОЖЕНИЕ

### Спортивного конкурса среди юношей МАШ РС (Я)

#### «АРКТИКА УОЛАНА-2023»

**Цель:**

- Пропаганда здорового образа жизни;
- Внедрение арктических видов спорта;
- Выявления сильнейших спортсменов.

**Сроки проведения**

Соревнования проводятся 18 февраля 2023 года.

**Время проведения** – 14.30 ч.

**Участники соревнования:** Студенты 8-11 класса (Участие по желанию)

**Требования к участникам и условия:**

Соревнование состоит из 7 этапов.

**I этап-** Визитная карточка участника, регламент 3-5 мин. (Участник должен иметь национальный костюм. Поддержка класса приветствуется)

**II этап-** Северные прыжки, кубах 3 х 1. (Прыжки на двух ногах, измеряется прыжок на дальность в см.)

**III этап-** Метание аркана (На ровной площадке проводят черту. Участник встает возле черты, сделав замах, он бросает аркан вперед-вверх как можно дальше. Если аркан улетает дальше своей длины, участник может забежать за линию и пробежать несколько шагов, не выпуская аркан из рук. После этого на то место, где упала петля аркана, кладут камень или забивают палочку. Дается три попытки. Засчитывается лучший результат).

**IV этап-** Удержание палки (НОРИ). (Не выходя с определенного круга, участник держит палку на одной руке на время).

**V этап-** «Кулун тардыыы»- перетягивание веревки. (Участники по жеребьевке соревнуются в паре, надевают веревку на шею, тянут друг друга до определенной метки).

**VI этап-** Перенос мешка на время. (Мешок весит 20 кг. Участник должен пробежать 1 круг.)

**VII этап-** Перетягивание небольшой палки (Участники стоят спиной друг другу, захватывают одну небольшую палку, по команде судьи перетягивают резко палку к себе. Кто потянул палку, тот выигрывает)

#### **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

Участник, набравший максимальное количество очков по 7 этапам, становится победителем. Всем участникам присуждаются номинации и призы.

**Заявки отправляем судейской коллегии МО ФК каб.112-2**