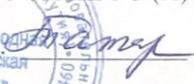


«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГАНОУ МАШ РС (Я)
Татарнинова С.С. 



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