



Утверждаю:  
Директор ГБПОУ РМЭ «АДТ»  
Ильина О.Н.  
« 9 » Февраль 2024г.

## Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Марий Эл «Автомобильный техникум»

### ПОЛОЖЕНИЕ о проведении соревнований ПО СИЛОВОМУ МНОГОБОРЬЮ

#### 1. Цели и задачи:

- Популяризация силовых видов спорта.
- Пропаганда здорового образа жизни.
- Повышение спортивного мастерства.
- Определение сильнейших команд техникума.

#### 2. Дата и место проведения:

Соревнования проводятся 12.02.2024г. начало 14ч.30мин.

Место проведения: спортивный зал Автомобильный техникум

#### 3. Руководство организацией соревнований:

Общее руководство осуществляет главная судейская коллегия:

Главный судья соревнований – Конышев А.Ю.

Главный секретарь-

#### 4. Программа соревнований:

Парад построение.

1 станция: Прыжок в длину с места друг за другом. (место в общем зачете.)

2 станция: Подтягивание на перекладине. (кол-во раз)

3 станция: Поднимание согнутых ног к локтям в висе на перекладине за 30 сек. (кол-во раз)

### **5.Участники соревнований:**

К участию в соревнованиях допускаются 4 человека от учебной группы, только в спортивной форме.

### **6.Правила проведения соревнований:**

Соревнования проводятся согласно методике и технике выполнения определенного упражнения.

Соревнования командные. Победитель определяется по наибольшему количеству призовых мест в общем зачете. При одинаковом результате учитывается наличие первых мест.

### **7.Награждение:**

Победители и призеры в командном зачете награждаются грамотами.

### **8. Заявки:**

Предварительные заявки подаются до 10 февраля 2024г. руководителю физическому воспитанию.