Положение о соревнованиях по Готовности к Труду и Обороне, по Общей Физической Подготовке проводимых на Слете Трезвости и Здоровья «Преображение - 2023» в поселке Восточный Серовской епархии. 15-17 августа 2023 г. В честь празднования Дня Мотострелковых войск России и знаменитого Преображенского гвардейского полка.

Место проведения: Серовский р-н, п. Восточный, ул. Ленина 59.

Время: С 15 августа (с 13.00) по 17 августа (до 14.30) 2023 г.

Организаторы из Серовской епархии: 1) Отдел по утверждению Трезвости и профилактике зависимостей, 2) Общество Трезвения прихода во имя Новомучеников п. Восточный 3) Общество Трезвения прихода с. Кордюково, 4) Отделение попечительства о народной трезвости с. Кордюково.

Для подачи заявок электронная почта: [vost-hram@yandex.ru](mailto:vost-hram@yandex.ru)

Цель соревнований – подготовка участников к исполнению священного долга по защите Веры и Отечества.

Основные задачи:

1) Увлечение участников на трезвый, здоровый и радостный образ жизни,

2) Развитие православных в военно-спортивных дисциплинах.

3) Выявление воинов запаса, способных исполнять свой долг – обучать подрастающие поколения ратному мастерству в духе трезвости и любви к православному Отечеству.

Начало во вторник 15 августа 2023 г. с 16.30 до 19.00.

Продолжение в среду 16 августа с 9.30 до 13.00 и с 14.00 до 16.00, с 17.00 до 19.00.

Награждение в четверг 17 августа 2023 г. в 13.30.

Во вторник 15 августа в 16.30 регистрация участников и дополнительное распределение судейства.

Построение команд. Торжественный внос флага России победителем предыдущих соревнований. Молитва. Дружное пение Гимна России. Духовно-патриотическое приветствие организаторов. Объяснение важности празднуемых событий для нашей Родины - России.

Знакомство. Разъяснение порядка проведения соревнований, этапов, особенностей.

Инструктаж по мерам безопасности всем руководителям команд заранее провести с подопечными инструктаж.

Винтовки команды, к привозятся к месту соревнований и приносятся на огневой рубеж разряженные, строго в чехлах или коробках старшим команды. Уносятся с огневого рубежа по окончании соревнований обязательно разряженными и в упакованном виде человеком ответственным.

1) СОРЕВНОВАНИЯ ПО ОГНЕВОЙ, СНАЙПЕРСКОЙ ПОДГОТОВКЕ. Проводятся из пятизарядных винтовок МР 61, личных или раздаваемых по учебным заведениям России, по известной Программе «БИАТЛОН В ГТО, БИАТЛОН В ШКОЛУ, БИАТЛОН В КОЛЛЕДЖ». Винтовки должны быть исправны, заранее протянуты и точно пристреляны.

За один раз допускаются 5 трезвых участников способных дать на определенный срок «Обет Трезвости» или по крайней мере «Зарок против употребления алкоголя, никотина и прочих наркотиков».

Быстрая снайперская стрельба, из положения лежа с упором на металлическую стойку, из заранее пристрелянных и бережно довезенных биатлонных пружинно-поршневых винтовок МР 61 с диоптрическим прицелом. Мишень олимпийская № 8, на ней заранее подписывается команда и ФИО участника. Дистанция 10 м. Время 1 мин на пробные выстрелы, 1 минута на ознакомление с попаданиями и 1 минута для стрельбы на результат. Далее по команде мишень снимается, подсчитываются попадания вместе с судьей и сдается для проверки в жюри. Пульки организаторов либо разрешается использовать свои пристрелянные. При заряжании и взводе винтовки запрещается садится, вставать, высовываться, убирать винтовку с подставки, наводить её куда-либо помимо мишени.

2) СОРЕВНОВАНИЯ ПО ЛЕТНЕМУ БИАТЛОНУ.

Личный зачет. На него допускаются только трезвые участники прошедшие соревнования снайперов, проверившие свои винтовки. За один раз стартуют 5 участников. Юноши и девушки стартуют и судятся раздельно. Учащиеся средних и старших классов, а также взрослые стартуют и судятся раздельно. Разыгрывается 6 комплектов наград.

1 этап.

1.1 Старт. Бег по основному кругу 50 метров с автоматом.

1.2 Грамотное, ответственное заряжание винтовки без замятия и высыпания пуль, без забивания ствола двумя и более пулями.

1.3 Стрельба. 5 выстрелов из положения лежа, с металлического упора, по малой биатлонной мишени. Дистанция 10 метров.

1.4 За каждый промах штрафные упражнения на пресс: юноши по 7 раз, девушки по 5 раз. Необходимо касаться лопатками пола и локтями колен.

2 этап.

2.1 Бег по основному кругу 50 метров с автоматом.

2.2 Грамотное заряжание винтовки спортсменом.

2.3 Стрельба. 5 выстрелов из положения лежа, с металлического упора, по второй нижней биатлонной мишени. Дистанция 10 метров.

2.4 За каждый промах штрафные упражнения на пресс: юноши по 7 раз, девушки по 5 раз. Необходимо касаться лопатками пола и локтями колен.

3 этап.

3.1 Бег по основному кругу 50 метров с автоматом.

3.2 Грамотное, ответственное заряжание винтовки без замятия и высыпания пуль, без забивания ствола двумя и более пулями.

3.3 Стрельба. 5 выстрелов по верхней биатлонной мишени из правильного положения стоя (за каждую неправильную не биатлонную стойку наказание 5 приседаний). Дистанция 10 метров.

3.4 За каждый промах штрафные упражнения на пресс: юноши по 7 раз, девушки по 5 раз. Необходимо касаться лопатками пола и локтями колен.

3.5 Бег на финишную позицию 50 м. с автоматом. Финиш. Зачет времени.

3) Не задействованных в соревнованиях по снайперской подготовке и биатлону 15 и 16 августа принимают участие в следующих конкурсах:

1. Разборка и сборка и ММГ АК 74.
2. Набивка магазина АК 74 патронами.
3. Русский Силомер.
4. Боксерская подготовка.
5. Поднятие гирь 16, 24 и 32 кг.
6. Отжимание на брусьях.
7. Отжимание в упоре лежа до кубика,
8. Наклоны, на растяжку.
9. Скакалка за 1 минуту.
10. Обруч за 1 минуту.
11. Пресс за 1 минуту.
12. Сжимание тугой пружины, для самбисткой подготовки.
13. Форсирование реки, на время.
14. Перетягивание каната (командное, 3 на 3).
15. Армреслинг.

На всех этих соревнованиях 1 место дает 3 балла, 2 место – 2 балла, 3 место – 1 балл для общего многоборья.

17 августа в конце Слета Трезвости и Здоровья «Преображение 2023) построение. Объявление результатов, поздравление и награждение победителей: 1) в биатлоне, 2) в снайперской подготовке, 3) в Русском Силомере и 4) в общем многоборье по дисциплинам ГТО и ОФП.

.