

4.Силовая гимнастика-11 человек.

Юноши- подтягивание на перекладине (вис хватом сверху, без раскачек -за 1 минуту)

Девушки- отжимание в упоре лежа на полу (руки на ширине плеч, туловище прямое -за 1 минуту)

5. Преодоление полосы препятствий – 8 юношей.

Бег 20 м. Перепрыгнуть через ров. Лабиринт. Забор. Разрушенный мост. Разрушенная лестница. Проем. Окоп. Метание 3 гранаты по 500гр. в цель. Пробежка до место страта, передача эстафеты.

6. Одевание общевойскового защитного комплекта- ОЗК.

Участвует 3 человека из команды. Исходное положение строевая стойка, ОЗК и противогаз на штатном месте. По команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть, газы» участник одевает противогаз, плащ в рукава, чулки, перчатки и выдвигается на 5 м. На время. Ошибки: нарушена последовательность, не зафиксирован средний шпенец, не застигнуто более двух шпенок, не правильно надет противогаз. За каждую ошибку 5с. штрафа.

7. Определение магнитного азимута. Участвует 2 юноши, 2 девушки.

Участник определяет по компасу заданный ориентир. Определяет топонимы. Время на каждое задание – 1 минута.

Подведение итогов и награждение победителей

По окончании каждого вида соревнований судья определяет место, занятое каждой командой и отражает его в своем протоколе. Общекомандное место определяется по наименьшей сумме результатов, занятых командой в отдельных видах программы.

Команды, занявшие призовые места в общем зачете, награждаются дипломами управления образования и отдела по делам молодежи и спорту.

Исп. Амиров.К.Х.

3-09-25