

ПОЛОЖЕННЯ

про проведення дистанційних міських особистих змагань з віджимань з оплесками (Prees-up) « Віджмись від підлоги заради нашої Перемоги» серед юнаків КЗШ та здобувачів освіти ЗП(ПТ)О

I. Загальні положення

Міські особисті змагання (далі – Змагання) з віджимань проводяться з ініціативи адміністрації Криворізького професійного гірничо-металургійного ліцею з метою профорієнтації серед учнів КЗШ та залучення молоді до регулярних занять фізичною культурою, військово-патріотичного виховання та популяризації здорового способу життя.

Інформація про проведення Змагань розміщується на сайті Криворізького професійного гірничо-металургійного ліцею.

II. Умови проведення змагань

Особисті змагання проводяться з 1 по 15 травня 2022 року. Учасники з підтримки батьків знімають якісне відео виконання вправи (віджимання від підлоги з оплесками) з найкращим результатом.

Зйомка:

- обов'язково вид з переду;
- при розгинанні рук – чіткий оплеск (приклад у відео);
- відпочинок не більше 3с у верхньому положенні.

Кількість зарахованих віджимань суддівська колегія залишає за собою. Приклад технічного виконання вправи та зйомки розміщено на сайтах КПГМЛ

Для участі в Змаганнях необхідно:

- з 1 травня по 12 травня 2022 року заклади - учасники проводять змагання
- з 12 травня по 15 травня 2022 року надсилають на електрону пошту (kpgml2009@ukr.net) відео учасника виконання віджимання з оплесками.
- відео повинно супроводжуватись інформацією в письмовому вигляді (повна назва освітнього закладу, прізвище та ім'я спортсмена, прізвище та ім'я тренера – викладача).

З 16 по 27 травня 2022 року суддівська комісія переглядає відео і визначає переможців та призерів змагань.

III. Учасники змагань

В змаганнях приймають участь учні та здобувачі освіти віком від 15-19 років включно.

Увага ! Реєструючись у змаганнях, ви даєте згоду на оприлюднення ваших особистих результатів у соціальних мережах Інтернету, а також вашої персональної інформації , яка стосується навчального закладу , групи, дати народження.

IV. Оцінювання та суддівство змагань

Суддівство Змагань проводить комісія, голова комісії керівник фізичного виховання КПГМЛ Мараховський Ю.П.

У разі виникнення суперечливих питань під час Змагань остаточне рішення приймає голова суддівської комісії.

V. Визначення та нагородження переможців змагань

5.1 З 27 травня по 31 травня 2022 року проводиться нагородження переможців змагань з віджимань з оплесками від підлоги.

5.2 Учасники переможці та призери будуть нагороджені призами та грамотами.

Організатор:
Мараховський Юрій Петрович
т. 0963706020