

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель министра
образования и науки
Республики Башкортостан


И.В. Косолапова
«___» 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Председатель
Федерации профсоюзов
Республики Башкортостан


Г.Ф. Мирошниченко
«15» апреля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ Центр патриотического
воспитания и допризывной подготовки
молодёжи Республики Башкортостан имени
Героя Российской Федерации Сафина
Алмаза Минигалеевича


М.А. Таран
«___» 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Руководитель
АНО ДО «Военно-патриотический парк
Республики Башкортостан «Патриот»
имени Героя Российской Федерации
Серафимова Максима Владимировича»


А.А. Старшинин
«___» 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении Республиканской спартакиады по военно-прикладным
видам спорта среди работающей молодёжи.

г. Уфа, 2025 г.

1. Общие положения

Республиканская спартакиада по военно-прикладным видам спорта среди работающей молодёжи проводится Министерством образования и науки Республики Башкортостан совместно с Федерацией профсоюзов Республики Башкортостан, Государственным бюджетным учреждением Центр патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича и учебно-методическим центром военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича».

1.1. Настоящее положение определяет порядок и условия проведения спартакиады по военно-прикладным видам спорта среди работающей молодёжи (далее - Спартакиада).

1.2. Общее руководство Спартакиадой осуществляется Министерством образования и науки Республики Башкортостан.

1.3. Организация и проведение возлагаются на Федерацию профсоюзов Республики Башкортостан, Государственное бюджетное учреждение Центр патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича и учебно-методический центр военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича».

2. Цели и задачи

2.1. Основной целью Спартакиады является: гражданско-патриотическое воспитание работающей молодёжи Республики Башкортостан.

2.2. Задачи Спартакиады:

- вовлечение работающей молодёжи в занятия военно-прикладными видами спорта, укрепление здоровья;
- воспитание у работающей молодёжи высоких морально-психологических ценностей;
- воспитание чувства взаимовыручки и товарищеской поддержки.

3. Сроки и место проведения

3.1. Спартакиада проводится 5 мая 2025 года на базе УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.».

Регистрация участников с 10.00 до 11.00 часов, начало мероприятия в 11.00 часов

4. Руководство Спартакиады

4.1. Общее руководство подготовкой и проведением Спартакиады осуществляет организационный комитет, (далее – Оргкомитет). В состав

Оргкомитета включаются представители Министерства образования и науки Республики Башкортостан, Федерации профсоюзов Республики Башкортостан, Государственного бюджетного учреждения Центр патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича и учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича».

4.2. Полномочия Оргкомитета:

- имеет право разрабатывать нормативные документы по проведению Спартакиады;
- имеет право изменять сроки и место проведения Спартакиады, с оповещением участников не менее чем за неделю до его начала;
- оставляет за собой право сокращать, изменять в сторону упрощения, исключать отдельные блоки соревновательной программы;
 - формирует Главную судейскую коллегию;
 - принимает заявки на участие в Спартакиаде;
 - готовит программу для команд по дням их участия в Спартакиаде, отталкиваясь от поступивших заявок;
 - контролирует ход подготовки и проведения Спартакиады;
 - привлекает специалистов, необходимых для реализации программы Спартакиады;
 - организует размещение участников Спартакиады;
 - обеспечивает содержательное соответствие программы соревнований данному Положению;
 - обеспечивает освещение работы Спартакиады в средствах массовой информации;
 - организует проведение торжественных церемоний открытия и закрытия Спартакиады;
 - готовит аналитический отчет об итогах проведения Спартакиады.

5. Программа соревнований

В программу соревнований включаются:

1. Стрельба в лазерном тире;
2. Соревнования по управлению БПЛА на симуляторе;
3. Неполная разборка- сборка АК-74, снаряжение 30 патронами магазина АК-74;
4. Надевание противогаза;
5. Соревнования по физической подготовке;
6. Перетягивание каната (вне общего зачёта)

6. Участники Спартакиады

- 5.1. В Спартакиаде принимают участие официально трудоустроенная молодёжь на предприятиях Республики Башкортостан в возрасте от 18 до 35 лет.

5.2. Состав команды – 6 человек (3 мужчины и 3 женщины). Команда должна иметь единообразную форму с головным убором и эмблемой (нашивкой), информирующей о принадлежности участника к команде. Для предоставления в мандатную комиссию обязательно иметь при себе документы, подтверждающие личность. Количество команд в делегации не ограничено.

5.3. Все участники делегации должны иметь при себе паспорт и медицинский страховой полис, согласие на обработку персональных данных, согласие на фото/видеосъёмку, обработку и публикацию фото- и видеоматериалов (приложение 1) для представления в Оргкомитет конкурса.

Заявки (приложение 2) для участия в Спартакиаде подаются в формате word **до 28 апреля 2025 года 18.00 часов**, в Оргкомитет – на электронный адрес Государственного бюджетного учреждения Центр патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича: - cpvrb@mail.ru . тел.: 8(347)246-34-01, оригинал привозится с собой.

Описание видов конкурсов и соревнований - Приложение 3.

Количество команд ограничено!

Оргкомитет конкурса не несет ответственности за членов делегаций, находящихся вне мест, предусмотренных программой конкурса.

Участники делегации несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

За нарушения, связанные с неспортивным поведением, нарушением распорядка дня, нарушением дисциплины при проведении соревнований, команда снимается с соревнований.

7. Награждение победителей

Определение победителей по отдельным видам соревнований производится в соответствии с условиями их проведения. Команды, занявшие призовые места в комплексном зачете, награждаются дипломами и памятными призами.

Согласие на обработку персональных данных

Я, _____ (ФИО),
 проживающий(ая) _____ по адресу: _____, паспорт:
 серия _____ № _____, выдан (кем и когда) _____
 _____, телефон: _____, электронная почта _____

Настоящим даю свое согласие на обработку в Учебно-методическом центре военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича» и ГБУ Центру патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича персональных данных включая, но не ограничиваясь перечисленными ниже категориями персональных данных:

- данные документа, удостоверяющего личность: ФИО, пол, дата рождения; тип, серия, номер документа, удостоверяющего личность; гражданство;
- медицинские сведения: данные медицинской карты, сведения о состоянии здоровья, отнесение к категории лиц с ОВЗ, сведения о прохождении медосмотров;
- полис ОМС (ДМС);
- адрес проживания;
- номер телефона, адрес электронной почты;

Я даю согласие на использование персональных данных в целях:

- обеспечения безопасности в период нахождения на территории автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича» в Учебно-методическом центре военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича ;

- обеспечения организации иной деятельности, экскурсий, спортивных соревнований, и иных знаковых мероприятий;

- размещения фотоизображения, в том числе полученного в результате процесса монтажа с привлечением третьих лиц, на официальном сайте и социальной сети ВКонтакте, на информационных плакатах, брошюрах, карточках и других бумажных носителях Учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича в рамках освящения образовательного процесса, иной деятельности, экскурсий, спортивных соревнований и иных знаковых мероприятий;

- видеосъемки, монтажа, в том числе с привлечением третьих лиц, и размещения видеоматериалов на официальном сайте и социальной сети ВКонтакте, на информационных плакатах, брошюрах, карточках и других бумажных Учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича в рамках освящения образовательного процесса, иной деятельности, экскурсий, спортивных соревнований и иных знаковых мероприятий;

Настоящее согласие предоставляется на осуществление Учебно-методическим центром военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» и ГБУ Центра

патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича следующих действий в отношении персональных данных: сбор, систематизация, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, обезличивание, а также осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации. Обработка персональных данных должна осуществляться с соблюдением требований, установленных законодательством Российской Федерации, и только для целей, указанных выше. Согласие действует бессрочно с момента предоставления мной данных и может быть отозвано мной путем подачи письменного заявления в Учебно-методический центр военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» с указанием данных, определенных статьей 14 Федерального закона №152-ФЗ «О персональных данных» по адресу: 452155, Республика Башкортостан, Уфимский муниципальный район, Юматовский сельсовет, парк Патриот, здание1.

В случае отзыва моего согласия на обработку персональных данных, Учебно-методический центр военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича» и ГБУ Центр патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича вправе продолжить обработку персональных данных без моего согласия при наличии оснований, указанных в пунктах 2-11 части 1 статьи 6, части 2 статьи 10 и части 2 статьи 11 Федерального закона №152-ФЗ «О персональных данных». Данное соглашение об обработке персональных данных разработано в соответствии с законодательством Российской Федерации. Я подтверждаю, что, давая настоящее согласие, я действую по своей воле и в интересах моего ребенка (подопечного), законным представителем которого я являюсь.

Дата: _____

Подпись: _____

Согласие на фото/видеосъёмку, обработку и публикацию фото- и видеоматериалов

Я, _____,
(ФИО, дата рождения)

даю свое согласие на фото- и видеосъемку себя в Учебно-методическом центре военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Военно-патриотический парк Республики Башкортостан «Патриот» имени Героя Российской Федерации Серафимова Максима Владимировича» (УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.») и ГБУ Центру патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича.

Я даю согласие на использование фото- и видеоматериалов в следующих целях:

- публикация на официальном сайте, в сети Интернет, на официальных страницах в социальных сетях УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» и Министерства образования и науки Республики Башкортостан и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича;
- публикация на стенах УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича;
- размещение в отчетных и рекламных фото и видеоматериалах, печатной продукции АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» и Министерством образования и науки Республики Башкортостан и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича;
- размещение фотоматериалов в статьях СМИ, подготовленными для публикации АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» и Министерством образования и науки Республики Башкортостан и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича;
- размещение на выставках и презентациях АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» и Министерства образования и науки Республики Башкортостан и ГБУ Центра патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича;
- в рамках функционирования системы видеонаблюдения, установленного в зданиях и на территории УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.».

Я информирован(а), что УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» гарантирует обработку фото- и видеоматериалов в целях, соответствующих деятельности АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.».

Я даю согласие на обработку УМЦ «Авангард» АНО ДО «Парк «Патриот» им. Героя РФ Серафимова М.В.» и ГБУ Центру патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи Республики Башкортостан имени Героя Российской Федерации Сафина Алмаза Минигалеевича фото и видеоматериалов, то есть совершение, в том числе, следующих действий: обработку (включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение), использование, обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных, при этом общее описание вышеуказанных способов

обработки приведено в Федеральном законе от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных», а также на передачу такой информации третьим лицам, в случаях, установленных нормативными документами вышестоящих органов и законодательством.

Настоящее согласие может быть отозвано в любой момент по соглашению сторон. В случае неправомерного использования предоставленных данных соглашение отзыается письменным заявлением.

По моему письменному запросу я имею право на получение информации, касающейся обработки персональных данных (в соответствии с п.4 ст.14 Федерального закона от 27.06.2006 № 152-ФЗ).

«____» _____ 202__ г. _____ / _____ /
Подпись _____ Расшифровка подписи

Рекомендованная форма заявки
 на участие в Республиканской спартакиаде по военно-прикладным видам спорта
 среди работающей молодёжи

(название команды)

Администрация направляющей организации:

(наименование организации)

Руководитель команды:

| Ф.И.О. полностью | Дата рождения | Паспортные данные (№, серия) | Место работы | Должность | Контактный телефон, e-mail |
|---------------------|------------------|------------------------------------|-----------------|-----------|----------------------------------|
| | | | | | |

Капитан команды: _____
 (ФИО полностью, должность)

Направляем для участия в Спартакиаде команду из ____ человек в составе:

| | Ф.И.О. участника (полностью) | Дата рождения | Паспортные данные (№, серия, кем выдан, дата выдачи) | Адрес фактическог о проживания | ИНН СНИЛС | Допуск и печать врача к соревнованиям |
|---|------------------------------------|------------------|--|---|--------------|---|
| . | (капитан) | | | | | |
| . | | | | | | |
| . | | | | | | |
| . | | | | | | |

Всего допущено к участию в Спартакиаде ____ человек.

_____ (подпись, ФИО и штамп врача)

Подпись руководителя команды _____

Подпись капитана команды _____ « ____ » _____ 2025 года

Руководитель/заместитель руководителя организации _____ / _____
 Подпись _____ ФИО _____

ЗАПРЕЩЕНО:

- спички, зажигалки, иные источники открытого огня, сигареты, любые курительные смеси, вэйпы, снюс, электронные сигареты.
- продукты питания и напитки;
- все разновидности петард и другого пиротехнического оборудования;
- травмоопасные игрушки;
- предметы самообороны (электрошоковые, газовые приспособления, и т.д.);
- алкоголь;
- запрещенные к обороту на территории РФ вещества;
- энергетические напитки;
- ножи и другие колюще-режущие предметы (за исключением предметов для шитья и личной гигиены);
- печатная/аудио/видео продукция, содержащая пропаганду аморального поведения и насилия.
- кипятильники, иные электронагревательные приборы.

Описание видов конкурсов и соревнований

1. Стрельба в лазерном тире.

Участвуют все члены команды.

Для соревнования используются имитаторы АК-74 с интегрированным инфракрасным излучателем, обеспечивающим поражение электронных мишеней, с имитацией отдачи и звука.

Стрельба индивидуальная по электронным мишеням. Стрельба по электронной мишени, имитирующей спортивную мишень на расстоянии 100м. Прицел механический. Количество выстрелов - 5 зачетных. Положение для стрельбы - с упора стоя. Первенство лично-командное. Победителем считается член команды (команда), набравший(ая) наибольшее количество очков.

2. Соревнования по управлению БПЛА на симуляторе

«СИМУЛЯТОР ПОЛЕТА» предназначен для формирования навыков управления БВС в программном симуляторе.

По прибытии в учебный кабинет для выполнения задания «СИМУЛЯТОР ПОЛЕТА» все участники команды располагаются за ноутбуками. Задание «СИМУЛЯТОР ПОЛЕТА» состоит из двух частей: тренировки и основного полета.

Выполнение задания: - инструктаж – 5 минут, мастер-класс – 5 минут, тренировка – 10 минут, выполнение основного полета по 10 минут, подведение итогов – 5 минут. В выполнении конкурсного задания «СИМУЛЯТОР ПОЛЕТА» принимают участие все участники команды.

Перед выполнением командой основного полета участники должны выбрать режим гонки в симуляторе, после чего откроется доступ к трассе гонок. Цель набрать минимальное время путем скоростного пилотирования БВС в программном симуляторе.

Конкурсное задание «СИМУЛЯТОР ПОЛЕТА» выполняется на ноутбуке с подключенным пультом управления и установленным симулятором «Liftoff». Полет БВС в симуляторе «Liftoff» выполняется в режиме ACRO, т.е. без стабилизации. Тренировки и основные полеты осуществляются в виртуальной трассе с отработкой применения БВС с FPV-оборудованием для преодоления препятствий (через контрольные точки). Управление БВС в симуляторе для выполнения конкурсного задания «СИМУЛЯТОР ПОЛЕТА» осуществляется с использованием пульта управления TBS TANGO2

По окончанию выполнения командой основного полета инструктор фиксирует в ведомости набранное время каждым участником команды, а результаты сохраняются в таблице зачетных полетов в симуляторе.

3. Неполная разборка- сборка АК-74, снаряжение 30 патронами магазина АК-74

Соревнование проводится в виде эстафеты и состоит из двух этапов:

1. этап - «Неполная разборка и сборка АК-74»

Порядок разборки: отделить «магазин»; проверить, нет ли патрона в патроннике (снять автомат с предохранителя, отвести рукоятку затворной рамы назад, отпустить рукоятку, спустить курок с боевого взвода при положении автомата под углом 45-60 градусов от поверхности стола); вынуть пенал с принадлежностями, отвернуть дульный тормоз-компенсатор; отделить шомпол, крышку ствольной коробки, пружину возвратного механизма, затворную раму с газовым поршнем и затвором; вынуть затвор из затворной рамы; отсоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Сборка осуществляется в обратном порядке (после присоединения крышки ствольной коробки спустить курок с боевого взвода в положении автомата под углом 45-60 градусов от поверхности стола и поставить автомат на предохранитель).

Каждому участнику фиксируется время разборки и сборки автомата. Первенство лично-командное.

2. этап - «Снаряжение магазина к АК 30 патронами».

Каждому участнику фиксируется время снаряжения «магазина», Первенство лично-командное.

4. Надевание противогаза

Противогазы в «походном» положении. Участники команды по команде инструктора «Газы» надевают противогазы.

Порядок надевания противогаза:

1. Участник задерживает дыхание, закрывает глаза. Снимает головной убор (при наличии).
2. Вынимает противогаз из сумки.

3. Берет шлем-маску обеими руками за утолщение края у нижней части так, чтобы большие пальцы ладони были снаружи и вниз, а остальные внутри ее, внутренней стороной к маске.

4. Прикладывает нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натягивает ее на голову так, чтобы не было складок, а очковый узел располагался против глаз.

5. Устраняет перекос и складки, если они образовались при надевании шлем-маски, делает полный выдох, открывает глаза и возобновляет дыхание.

Время отсчитывается от подачи команды до момента выполнения участником игры выдоха.

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

- при надевании противогаза участник не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;
- шлем-маска надета с перекосом;

Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»:

- допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникать под шлем-маску;
- не герметично присоединена горловина фильтрующе-поглощающей коробки к шлем-маске.

5. Соревнования по физической подготовке

Участвует вся команда. Юношам необходимо выполнить упражнение «Подтягивание», девушкам – «Отжимание». Результат каждой команды определяется путем суммирования количества раз правильно выполненного упражнения у юношей и девушек. Победителем становится команда, набравшая наибольшее количество баллов (Максимальный балл – наибольшее количество раз правильно выполненных упражнений).

Подтягивание на перекладине- упражнение выполняется по команде «К снаряду» из положения «вис», хват сверху (большим пальцем снизу) на ширине плеч, руки выпрямлены в локтевых суставах, ноги вместе, выпрямлены в коленных суставах. Необходимо выполнить подтягивание силой, не поднимая, не отводя назад, не сгибая ног, таким образом, чтобы подбородок оказался выше перекладины, после чего опуститься вниз, полностью выпрямить руки в локтевых суставах, произвести фиксацию в положении вис без раскачиваний, по команде судьи (счет количества выполненных (засчитанных) подтягиваний) продолжить подтягивание. Попытка не будет засчитана, если участник выполняет упражнение с нарушением вышеперечисленных правил, в том числе финальная попытка при соскоке без фиксации в положение виса на выпрямленных в локтевых суставах руках и команды судьи о засчитанном количестве подтягиваний.

Отжимание происходит до полного и одновременного выпрямления рук. Затем следует вернуться в исходное положение и зафиксировать грудь на поверхности или контактной платформе не менее чем на 0,5 сек. При этом линия тела и ног должна оставаться прямой, локти не должны расходиться более чем на 45 градусов.

Прыжки в длину "С места": классическая техника, которая выполняется в качестве отдельного упражнения. Для выполнения участник встает на стартовую линию, поднимает руки и приподнимается на носки, прогибая поясницу, опускает и отводит руки назад. Далее ставит ноги на полную стопу, сгибает колени и тазобедренный сустав, резко выбрасывает руки вперед, подтягивает таз вперед, разгибает колени и взрывным движением отрывает стопы от земли. В полете подтягивает колени к груди, а тело вытягивает в прямую линию. Чтобы приземлиться - опускает руки и выводит стопы вперед.

Бег на 1000м.

6. Перетягивание каната (вне общего зачёта)

Команды стартуют с заранее отмеченных зон на поле. Зона победы располагается в центре поля. Цель — переместить центральную линию маркера (или отметку) на свою сторону поля.

Выигрывает команда, которая перетащит маркер на свою половину поля, преодолев при этом центральную линию.