



**МЕТОДИЧЕСКОЕ
ПОСОБИЕ**
(рота, батальон и им равные)

СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК

Методический отдел ЦДРА

www.cdra.ru

Москва, 2020 г.

Методическое пособие «Спортивный праздник» выпущено в помощь заместителю командира роты по военно-политической работе при организации культурно-досуговой работы в воинском подразделении.

Ответственный за выпуск:

начальник методического отдела заслуженный работник культуры РФ
Хробостов Д.В.

Составители:

начальник группы информационно-методической работы
Гасилина А.О.,
методист группы методики культурно-досуговой работы
Капанина М.Н.

Редактор – методист группы взаимодействия
с военными учреждениями культуры
Новожилова Ю.А.

Компьютерная обработка материала:
Новожилова Ю.А.

Отзывы и предложения просим направлять по адресу:
129110, Москва, Суворовская пл., дом 2
Центральный Дом Российской Армии имени М.В. Фрунзе
Методический отдел
Контактные телефоны: 8 (495) 681-56-17, 8 (495) 688-54-92

СОДЕРЖАНИЕ

Цель, задачи, привлекаемые силы и средства на мероприятие.....	4
Перечень подготовительных мероприятий при организации и проведении спортивного праздника.....	5-6
Приложение № 1: Положение о проведении спортивного праздника, посвященного Дню защитника Отечества в подразделении.....	7-10
Приложение № 2: Рекомендуемые требования к комплектации изделиями медицинского назначения аптек для оказания первой медицинской помощи.....	11-12

СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК

ЦЕЛЬ: Пропаганда и популяризация физической культуры и спорта, решение военно-политических и воспитательных задач в подразделении воинской части.

ЗАДАЧИ:

- 1) Организовать полезный досуг военнослужащих, пропагандировать здоровый образ жизни.
- 2) Укрепить здоровье военнослужащих, привлечь их к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- 3) Осуществить популяризацию различных видов спорта среди военнослужащих.
- 4) Сформировать у военнослужащих чувство ответственности за сохранение системы духовных и материальных ценностей, созданных поколениями наших соотечественников.

ПРИВЛЕКАЕМЫЕ СИЛЫ: Заместитель командира роты по военно-политической работе – организатор, начальник физической подготовки воинской части (либо лицо его заменяющее), командиры взводов, сержанты, творческий актив подразделения, спортивный комитет воинской части, совет комнаты информирования и досуга. Организация при взаимодействии с заведующим клубом, женсоветом.

ПРИВЛЕКАЕМЫЕ СРЕДСТВА: При подготовке учитывать наличие материальной базы воинской части: боевой техники, оружия (автоматы – 4 шт.), снаряжения и необходимого спортивного инвентаря (согласно Положению о проведении спортивного праздника): шахматы, шашки, нарды, разрезанная открытка на 10 квадратов – 4 шт., стенгазета, плакаты, программа проведения праздника, канат, ведро – 4 шт., мешочки, мешки для бега – 4 шт., носилки (брезент, простыня), яблоки, пироги и дипломы победителям.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: территория воинской части, спортгородок, комната информирования и досуга.

УЧАСТНИКИ: личный состав подразделения.

Могут быть приглашены в качестве членов судейской коллегии: начальник физической подготовки воинской части (либо лицо его заменяющее), командир подразделения, спорторганизаторы подразделений, ответственные по подразделениям из числа военнослужащих по контракту (старший группы контроля) – председатель судейской коллегии.

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ: не более 2 – 3 часов.

Перечень подготовительных мероприятий при организации и проведении спортивного праздника

1. Создание инициативной (рабочей) группы.

Утвердить состав организационного комитета по подготовке и проведению спортивного праздника.

2. Заседание организационного комитета (с обсуждением необходимых сил, средств, ресурсов необходимых для проведения спортивного праздника).

3. Внесение спортивного праздника в документы планирования воинской части.

4. Подготовка необходимых документов по организации и проведению спортивного праздника и подведению его итогов.

Подготовить приказ командира воинской части о проведении спортивного праздника (определить дату: число, месяц, год, время и место проведения спортивного праздника);

Составить и утвердить план подготовки спортивного праздника.

Разработать и утвердить Положение о проведении спортивного праздника, посвященного, например, Дню защитника Отечества (*Приложение № 1*).

Составить и утвердить план по подготовке и проведению спортивного праздника;

Члены судейской коллегии во главе с председателем составляют протокол заседания организационного комитета по подведению итогов спортивного праздника.

Подготовить приказ командира воинской части на основании протокола заседания организационного комитета по подведению итогов спортивного праздника.

5. Планирование военно-спортивных состязаний (необходимо учитывать основные задачи по боевой подготовке, решаемые подразделением в данный период обучения).

6. Подготовка личного состава (необходимо учитывать уровень специальной и физической подготовки личного состава).

7. Подготовка мест военно-спортивных состязаний.

Необходимо учитывать климатические условия и безопасность мест проведения, обеспечить обязательное наличие аптечки для оказания первой медицинской помощи согласно рекомендуемым требованиям к комплектации изделиями медицинского назначения (*Приложение № 2*).

При проведении спортивного праздника в подразделении воинской части рекомендуем Вам ознакомиться с инструкцией, размещенной на сайте mil.ru. Выдержки из инструкции:

(1. Настоящей инструкцией в соответствии со статьей 29 Федерального закона Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2008, № 30 (ч. 2), ст. 3616, № 52 (ч. 1), ст. 6236; 2009, № 19, ст. 2272, № 29, ст. 3612, № 48, ст. 5726, № 51, ст. 6150; 2010, № 19, ст. 2290, № 31, ст. 4165, № 49, ст. 6417, № 51 (3 ч.), ст. 6810; 2011, № 9, ст. 1207, N 17, ст. 2317, № 30 (ч. 1), ст. 4596, № 49 (ч. 5), ст. 7062, № 50, ст. 7354, № 50, ст. 7355, № 45, ст. 6331; 2012, № 29, ст. 3988; 2012, № 31, ст. 4325) определяется порядок проведения спортивных соревнований и учебно-тренировочных сборов (далее – спортивные мероприятия) в Вооруженных Силах Российской Федерации и их финансовом обеспечении).

8. Подготовка боевой техники, оружия, снаряжения и необходимого инвентаря (учитывать наличие материальной базы).

9. Подготовка судейской коллегии.

10. Изготовление поощрений (праздничных пирогов, грамот и т.д.).

11. Организация фотографирования спортивного праздника.

12. Проведение спортивного праздника

13. Подведение итогов спортивного праздника (награждение победителей).

14. Подготовка материалов по итогам спортивного праздника для стенной печати (стенгазеты, фотогазеты подразделения).

Сценарий и программа спортивного праздника указываются в Положении о нем.

П О Л О Ж Е Н И Е
о проведении спортивного праздника, посвященного Дню защитника
Отечества в подразделении

Раздел I. Общие положения

Спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества (далее – спортивный праздник) проводится в соответствии с планом работы спортивного комитета и клуба воинской части, в рамках реализации государственных и ведомственных программ патриотической направленности.

Цель проведения спортивного праздника в подразделении:

пропаганда и популяризация физической культуры и спорта, решение военно-политических, воспитательных задач в подразделении воинской части.

Задачи проведения спортивного праздника:

организация досуга – пропаганда здорового образа жизни;
укрепление здоровья, привлечение к систематическим занятиям физической культуры и спортом;
создание условий для физического совершенствования на основе регулярных занятий физкультурой и спортом в соответствии с индивидуальными способностями и склонностями каждого военнослужащего;
проявление личностных качеств;
получение навыков военно-прикладного направления;
воспитание патриотизма и чувства товарищества;
воспитание чувства долга и ответственности, любви к своей Родине;
популяризация различных видов спорта среди военнослужащих воинской части.

Раздел II. Место и сроки проведения спортивного праздника

– территория воинской части (подразделения)

– «___» _____ 20___ г. по «___» _____ 20___ г.

Раздел III. Организаторы спортивного праздника

1. Общее руководство подготовкой и проведением спортивного праздника осуществляет командир воинской части, заместитель командира воинской части по военно-политической работе.

Раздел IV. Требования к участникам и условия их допуска

1. К участию в спортивном празднике допускаются все желающие из числа военнослужащих подразделения воинской части.

Раздел V. Программа спортивного праздника

Спортивный праздник проводится с 11.00 часов (дата проведения) до 18.00 часов (дата проведения):

№ п/п	Наименование мероприятия	Время	Место проведения
1	Торжественное открытие мероприятия	11.00–11.30	территория воинской части
2	Массовая зарядка	11.30–11.40	территория воинской части
3	Площадка № 1 Турнир по игре в шахматы, шашки, нарды	11.40–16.00	Комната информирования и досуга подразделения воинской части
4	Площадка № 2 Армрестлинг (борьба руками)	11.40–15.00	территория воинской части
<i>Правила:</i> <i>По договоренности борющихся вести поединок можно как правой, так и левой рукой. Захват руки соперника осуществляется за большой палец руки таким образом, чтобы арбитр мог видеть фалангу большого пальца. Другая рука захватывает штырь, закрепленный на конце стола, и остается в таком положении до конца поединка, локти – на квадратных подлокотниках, и если, скажем, ты отрываешь руку от квадрата, то тебе записывается предупреждение. Три предупреждения – это проигрыш. Каждый поединок, как правило, недолог.</i>			
5	Площадка № 3 Уличная гимнастика (подразумеваются простейшие силовые физические упражнения с использованием веса собственного тела (конечно, упражнения могут быть и сложными), которые каждый желающий, имея минимальную физическую форму может выполнить при наличии турника и брусьев. Как и	11.40–15.00	территория воинской части

большинство, многие из нас занимались этим видом уличной гимнастики с детства. Занятия воркаутом доступны, и играют важную роль в гармоничном физическом развитии молодого поколения и пропаганде здорового образа жизни).

- 6 Площадка № 4 11.40–15.00 территория воинской части (подразделения)
- Примерная программа военизированной эстафеты:
- **конкурс капитанов** (воинам необходимо пробежать 50 метров и собрать из отдельных кусочков разрезанную открытку в единое целое. Задача усложняется тем, что вместе с капитанами выступает еще девять человек от команды. Открытку предстоит собрать десять раз;
 - **выполнение норматива по огневой подготовке**: разборка и сборка автомата;
 - **выполнение норматива по тактической подготовке**: каждый воин обязан в максимально кратчайший срок экипироваться по полной выкладке;
 - **бег в мешках**. Участники команд должны влезть в мешок и, придерживая его край у пояса, пробежать 20 метров;
 - **конкурс «Быстрый солдат»**. Суть его состоит в следующем: капитаны команд держат в руках по яблоку, подвешенному на нитке, а одному из участников каждого коллектива необходимо его съесть раньше соперника. Но при этом необходимо строго придерживаться правила – не дотрагиваться до яблока руками, действовать только ртом;
 - **конкурс «Лучший повар»**. Всей команде – задача: как можно быстрее почистить определенное количество картофеля, не забывая при этом о качестве чистки;
 - **состязание «Помощь раненому»**. Два воина в качестве санитаров переносят на носилках «пострадавшего» на расстоянии 50 метров в одну сторону и обратно;
 - **шуточный бег «Трехногие бегуны»**. Участники разбиваются на пары. Правая нога одного бегуна связывается с левой ногой другого. По команде пары бегут эстафету 4*25 метров. Побеждает пара, прибежавшая первой на четвертом этапе;
 - **метание мешочков**. Из материи делают 3 мешочка размером 8*12 см. и насыпают в каждый 100 г. песка. Играющий берет эти мешочки и, став

на черту в 3 – 4 м. от табуретки, пытается забросить их на табуретку. Каждый мешочек должен остаться на табуретке. Если он соскользнет, то бросок не засчитывается;

– **пронести ведро**, наполненное водой, бегом 20 метров.

Завершить военизированную эстафету можно командным конкурсом – **перетягиванием каната**.

Набор видов состязаний военизированной эстафеты может быть другой, их выбор зависит от изобретательности организаторов.

7	Площадка № 5 Кубок тотальной крепости, показательные выступления джиу-джитсу	13.00–16.00	Территория воинской части
8	Площадка № 6 Работа музыкальной площадки	15.00–18.00	Клуб воинской части
9	Торжественное закрытие спортивного праздника	17.30 – 18.00	Территория воинской части

Раздел VI. Условия подведения итогов спортивного праздника

1. Победители определяются по наилучшему результату, показанному в спортивных мероприятиях, предусмотренных программой спортивного праздника.

Раздел VII. Награждение участников спортивного праздника

1. Участники, занявшие I, II и III места, в спортивных мероприятиях, предусмотренных программой спортивного праздника, награждаются праздничным пирогом и дипломом.

Раздел IX. Обеспечение безопасности военнослужащих

1. Общее руководство по обеспечению безопасности военнослужащих подразделения воинской части при проведении спортивного праздника осуществляет командир воинской части.

Аптечка должна оснащаться средствами для временной остановки кровотечения и перевязки ран, а также изделиями для проведения сердечно-легочной реанимации. Полный перечень изделий медицинского назначения, которыми должна быть укомплектована каждая аптечка, приведен в Приложении № 2. Все должно быть в полном комплекте, уменьшение количества необходимых средств не допускается, а вот их увеличение не возбраняется.

**Рекомендуемые требования
к комплектации изделиями медицинского назначения
аптечек для оказания первой медицинской помощи**

№ п/п	Наименование изделий медицинского назначения	Нормативный документ	Форма выпуска (размеры)	Количество (штуки, упаковки)
1	Изделия медицинского назначения для временной остановки наружного кровотечения и перевязки ран			
1.1	Жгут кровоостанавливающий	ГОСТ Р ИСО 10993-99*(1)		1 шт.
1.2	Бинт марлевый медицинский нестерильный	ГОСТ 1172-93*(2)	5 м x 5 см	1 шт.
1.3	Бинт марлевый медицинский нестерильный	ГОСТ 1172-93	5 м x 10 см	1 шт.
1.4	Бинт марлевый медицинский нестерильный	ГОСТ 1172-93	7 м x 14 см	1 шт.
1.5	Бинт марлевый медицинский стерильный	ГОСТ 1172-93	5 м x 7 см	1 шт.
1.6	Бинт марлевый медицинский стерильный	ГОСТ 1172-93	5 м x 10 см	2 шт.
1.7	Бинт марлевый медицинский стерильный	ГОСТ 1172-93	7 м x 14 см	2 шт.
1.8	Пакет перевязочный медицинский индивидуальный стерильный с герметичной оболочкой	ГОСТ 1179-93*(3)		1 шт.
1.9	Салфетки марлевые медицинские стерильные	ГОСТ 16427-93*(4)	Не менее 16x14 см № 10	1 уп.
1.10	Лейкопластырь бактерицидный	ГОСТ Р ИСО 10993-99	Не менее 4 x 10 см	2 шт.
1.11	Лейкопластырь бактерицидный	ГОСТ Р ИСО 10993-99	Не менее 1,9 x 7,2 см	10 шт.
1.12	Лейкопластырь рулонный	ГОСТ Р ИСО 10993-99	Не менее 1 см x 250 см	1 шт.
2	Изделия медицинского назначения для проведения сердечно-легочной реанимации			
2.1	Устройство для проведения искусственного дыхания "Рот-Устройство-Рот" или карманная маска для искусственной вентиляции лёгких "Рот-маска"	ГОСТ Р ИСО 10993-99		1 шт.

3 Прочие изделия медицинского назначения

3.1	Ножницы для разрезания повязок по Листеру	ГОСТ 21239-93 (ИСО 7741-86)*(5)		1 шт.
3.2	Салфетки антисептические из бумажного текстилеподобного материала	ГОСТ Р ИСО 10993-99	Не менее 12,5x11,0 см	5 шт.
3.3	Перчатки медицинские нестерильные, смотровые	ГОСТ Р ИСО 10993-99 ГОСТ Р 52238-2004*(6) ГОСТ Р 52239-2004*(7) ГОСТ 3-88*(8)	Размер не менее М	2 пары
3.4	Маска медицинская нестерильная 3-слойная из нетканого материала с резинками или с завязками	ГОСТ Р ИСО 10993-99		2 шт.
3.5	Покрывало спасательное изотермическое	ГОСТ Р ИСО 10993-99, ГОСТ Р 50444-92	не менее 160x210 см	1 шт.

4 Прочие средства

4.1	Английские булавки стальные со спиралью	ГОСТ 9389-75*(9)	не менее 38 мм	3 шт.
4.2	Рекомендации с пиктограммами по использованию изделий медицинского назначения аптечки для оказания первой помощи работникам			1 шт.
4.3	Футляр или сумка санитарная			1 шт.
4.4	Блокнот отрывной для записей	ГОСТ 18510-87*(10)	формат не менее А7	1 шт.
4.5	Авторучка	ГОСТ 28937-91*(11)		1 шт.