



## ПОЛОЖЕНИЕ

### о проведении Студенческой спортивной ночи

#### **1. Цели и задачи:**

- Пропаганда здорового образа жизни среди студентов ВУЗов города Томска;
- Привлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- Развитие межкультурной коммуникации и улучшение социальной адаптации иностранных студентов;
- Выявление сильнейших спортсменов.

#### **2. Организация, проводящее и обеспечивающее мероприятие:**

Общее руководство подготовкой и проведением мероприятия осуществляется Спортивным клубом Национального исследовательского Томского государственного университета.

Непосредственное проведение спортивных соревнований возлагается на преподавателей Факультета физической культуры Томского государственного университета.

Ответственность за подготовку мест соревнований, обеспечение и размещение на время соревнований, медико-санитарное обслуживание, обеспечение правопорядка возлагается на Спортивный клуб и Факультет физической культуры Томского государственного университета.

#### **3. Сроки и место проведения мероприятия:**

Мероприятие проводится 22 января 2026г. в г. Томске на территории ТГУ. Регистрация участников и начало мероприятия с 16:30 в спортивном корпусе ТГУ. Для соревнований (настольный теннис) начало мероприятия и место сбора участников осуществляется по местам проведения этих соревнований.

Подведение итогов, награждение и розыгрыш призов осуществляется в 19:45 в спортивном корпусе ТГУ.

#### **4. Программа мероприятия:**

№	Спортивное состязание	Место проведения	Ответственный за проведение
1.	Стрельба из электронного ружья	Спортивный корпус ТГУ, аудитория №02	Михайловский С.А.
2.	Шахматы	Спортивный корпус ТГУ, аудитория №203	Калашников К.А.
3.	Дартс	Спортивный корпус ТГУ, аудитория №01	Фомкина А.А.
4	“Добей 11” баскетбольная игра	Спортивный корпус ТГУ, игровой зал №216	Безбородова Д.А.

5.	“Зигзаг удачи” футбольная игра	Спортивный корпус ТГУ, игровой зал №216	Яцкевич В.А.
6.	Эстафеты “Зимние забавы”	Университетская роша ТГУ	УСМП
7.	Жим лежа (русский жим) (м/ж)	Спортивный корпус ТГУ, зал №09	Егоров А.С.
8.	Подтягивание на высокой перекладине (м/ж)	Спортивный корпус ТГУ, зал №09	Егоров А.С.
9.	Мастер класс по самообороне	Спортивный корпус ТГУ, зал №341	Рыжов Р.А. Пронькин А.А.
10.	Настольный теннис	Спортивный зал учебного корпуса №6	Игнатенко В.А.
11.	Фиджитал соревнования по джаст дэнсу	Спортивный корпус ТГУ, зал №111	Землякова З.С. Чадина Д.М.
12.	Мастер класс по альпинизму	Спортивный корпус ТГУ, зал №05	Филиппова А.Б.
13.	Настольный футбол	Спортивный корпус ТГУ, холл	Анисимова К.
14.	Игра “Бочча”	Спортивный корпус ТГУ, зал №214	Цыхонина Ю.С. Черепанова Л.А.
15.	ГТО	Спортивный корпус ТГУ, зал №125	Шаврин В.В Кононова А.П.
16.	Игра “Корнхорн”	Спортивный корпус ТГУ, зал №015	Головки Г.И. Радаева С.В.
17.	Игра на координацию	Спортивный корпус ТГУ, зал №214	Галайчук Т.В.

#### 4.1. Стрельба из электронного ружья

Участники выполняют стрельбу из электронной винтовки с положения сидя с опорой локтей об стол по мишени №8 с дистанции 10 метров, максимальное время выполнения упражнения каждым участником-10 мин, участнику даётся 3 пробных выстрела и 5 зачётных (пробные выстрелы в зачёт не идут) в случае равенства очков у двух и более участников, первенство определяется по количеству наилучших выстрелов.

#### 4.2. Шахматы

По правилам соревнований.

#### 4.3. Дартс

Состязания проводятся по упрощенной системе, суть которой заключается в том, чтобы набрать большее количество очков из 3 бросков.

По правилам мишень должна быть установлена на высоте 1,73 м от центра мишени до пола и на расстоянии 2,37 м от линии броска до проекции лицевой стороны мишени на полу (нужно отступить от стены, на которой висит мишень расстояние равное толщине

мишени). Для проверки правильности установки мишени можно измерить расстояние (по диагонали) от центра мишени до линии броска, которое должно составлять 2,934 м..

Участники соревнований вызываются на рубеж для выполнения бросков согласно результату жеребьевки и по команде главного судьи.

Каждый студент совершает 2 пробных броска и по 3 основных бросков с фиксированием результата в протокол.

Если студенты набрали одинаковое количество очков, то смотрится первая попытка броска, кто больше набрал очков в первой попытке тот выиграл.

#### **4.4 Баскетбольная игра “Добей 11”**

По правилам соревнований.

#### **4.5 Футбольная игра “Зигзаг удачи”**

По правилам соревнований.

#### **4.6. Эстафеты “Зимние забавы”**

По правилам соревнований.

#### **4.7. Жим лежа (русский жим)**

По правилам соревнований.

#### **4.8. Подтягивание на высокой перекладине (м/ж)**

Состязание проводится по принципу лестницы; первый участник делает 5 подтягиваний каждый следующий участник делает на одно подтягивание больше. Если участник не может выполнить в своем подходе нужное количество подтягиваний, то это количество должен выполнить следующий участник команды. Участник не выполнивший свой подход выбывает. Участник не может выполнять более одного подхода подряд.

#### **4.9. Мастер класс по самообороне**

Показательное представление.

#### **4.10. Настольный теннис**

По правилам соревнований.

#### **4.11. Фиджитал соревнования по джаз дэнсу**

По правилам соревнований.

#### **4.12. Мастер класс по альпинизму**

Показательное представление.

#### **4.13. Настольный футбол**

По правилам соревнований.

#### **4.14. Игра “Бочча”**

По правилам соревнований.

#### **4.15. ГТО**

По правилам соревнований.

#### **4.16. Игра “Корнхорн”**

По правилам соревнований.

#### **4.17. Игра на координацию**

По правилам соревнований.

### **5. Условия допуска к мероприятию**

К участию в соревнованиях допускаются студенты всех ВУЗов города Томска.

### **6. Награждение победителей и призеров:**

Команды, занявшие I, II, III места награждаются дипломами соответствующих степеней. На некоторых видах соревнований победителей или призеров ожидают сладкие призы.

### **7. Розыгрыш**

Розыгрыш проводится среди студентов всех ВУЗов города Томска. Среди разыгрываемых призов участников ждут: сладкие призы, футболки, спортивные бутылки, аксессуары и т.д.

Для участия в розыгрыше необходимо всем студентам перед началом зарегистрироваться и получить лотерейный купон. На лотерейном купоне необходимо указать данные участника. Купон находится у участника на протяжении всего мероприятия при посещении соревнований. На одной половине купона будут записываться соревнования, которые были участником посещены. Количество соревнований, посещаемых участниками не влияет на розыгрыш. По завершению мероприятия участникам необходимо подойти к организаторам для разделения купона на две части, одна из которой останется у участника, другая помещается в урну для розыгрыша. В конце будет разыгран сектор приза.