



ЛОКОМОТИВ

РОССИЙСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ОБЩЕСТВО

2014



ЛЕТНИЕ ДЕТСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ
ЛОКОБОЛ-ДОЛ

ЛЕТНИЕ ДЕТСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ
ПРЕЗИДЕНТСКИЕ СТАРТЫ

РОССИЙСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ОБЩЕСТВО «ЛОКОМОТИВ»



ТВОЙ ПУТЬ К УСПЕХУ!

**ХОЧЕШЬ УЧАСТВОВАТЬ В СОРЕВНОВАНИЯХ,
УВИДЕТЬ НОВЫЕ ГОРОДА,
ИСПЫТАТЬ ВКУС ПОБЕД,**

ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К НАМ!



ДЛЯ УЧАСТИЯ В УЗЛОВЫХ, РЕГИОНАЛЬНЫХ И ДОРОЖНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ
ОБРАЩАЙТЕСЬ В РЕГИОНАЛЬНЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА РФСО «ЛОКОМОТИВ»

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО



Илья ВДОВИН

Исполнительный директор
РФСО «Локомотив»

Дорогие коллеги!

Вы держите в руках буклет, который является не только методическим пособием, но и инструментом для обратной связи с нами. В нем вы найдете положения о проведении летних детских соревнований «Локобол-ДОЛ» и состязаний «Президентские старты», а также контактную информацию о наших обособленных подразделениях, расположенных на всех железных дорогах.

В целях формирования единой базы юных спортсменов-детей железнодорожников прошу вас ответственно и с пониманием отнестись к анкетированию участников спортивных состязаний в вашем лагере. Возможно, завтра он или она отправится отстаивать честь дороги на корпоративном мероприятии и станет победителем!

Анкету, образец которой приведен далее, можно направить в адрес обособленного подразделения РФСО «Локомотив», расположенного на полигоне вашей железной дороги любым удобным для вас способом. Вы или сами участники также можете использовать для заполнения анкеты соответствующий раздел на сайте РФСО «Локомотив».

Давайте вместе подарим ребенку шанс заявить о себе и продемонстрировать свой талант!

С уважением,

И. Вдовин

A stylized handwritten signature in blue ink, consisting of fluid, connected loops and strokes.



ПОЛОЖЕНИЕ О ЛЕТНИХ ДЕТСКИХ СОРЕВНОВАНИЯХ «ЛОКОБОЛ-ДОЛ»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Летние детские соревнования «Локобол-ДОЛ» проводятся в целях укрепления здоровья и привлечения к регулярным занятиям физической культурой и спортом детей, находящихся в детских оздоровительных учреждениях ОАО «РЖД» (далее – ДОУ) в период летней детской оздоровительной кампании 2014 года.

ЗАДАЧИ

Пропаганда физической культуры и спорта как основы воспитания физически здорового и социально активного подрастающего поколения;

совершенствование форм организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы с детьми;
формирование у детей позитивных жизненных установок, создание условий для неформального дружеского общения;
позиционирование развития массового детского спорта как одного из приоритетов деятельности ОАО «РЖД» в области социальной политики компании;
формирование сборных команд детей работников железнодорожного транспорта РФ для участия в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях ОАО «РЖД».

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Летние детские соревнования «Локобол-ДОЛ» проводятся в период июнь-август 2014 года в ДОУ.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ И ПРОВОДЯЩИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

Права на проведение летних детских соревнований «Локобол-ДОЛ» принадлежат ОАО «РЖД» и РФСО «Локомотив». Общее руководство проведением соревнований осуществляет РФСО «Локомотив» и Дирекции социальной сферы железных дорог (далее – ДСС).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на ДОУ, которые отвечают за:

подготовку мест проведения соревнований;

организацию и проведение турниров, судейство;

оформление и предоставление в ОП РФСО «Локомотив» отчетной документации в печатном и электронном виде;
медицинское обеспечение;
информационное обеспечение;
обеспечение безопасности участников и зрителей.

ОП РФСО «Локомотив» взаимодействуют с сотрудниками, назначенными приказом начальника ДСС ответственным за проведение «Локобол-ДОЛ» в период оздоровления детей в ДОУ.

■ 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в соревнованиях «Локобол-ДОЛ» допускаются дети, отдыхающие в ДОУ при условии допуска врача. Соревнования проводятся в каждой смене среди отрядов ДОУ в трех возрастных группах: дети 7-9 лет (9-12 отряд) – младшая возрастная группа; дети 10-12 лет (5-8 отряд) – средняя возрастная группа;

дети 13-15 лет (1-4 отряд) – старшая возрастная группа.

Состав команды от каждого отряда – 21 чел., в том числе по видам спорта: баскетбол (уличный баскетбол) – 3 чел.; настольный теннис – 2 чел.; волейбол (пионербол) – 8 чел.; футбол (мини-футбол) – 8 чел.

■ 5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

В программу соревнований «Локобол-ДОЛ» включены соревнования по следующим видам спорта: баскетбол (уличный баскетбол), настольный теннис, волейбол

(пионербол), футбол (мини-футбол).

Программа соревнований формируется и утверждается руководителем ДОУ с учетом материально-технической базы ДОУ.

■ БАСКЕТБОЛ (уличный баскетбол)

Соревнования – командные.

Состав команды от отряда – 3 человека (мальчики).

Число участников матча 3х3.

Систему и условия проведения определяет главный судья соревнований в зависимости от числа заявленных команд. Игру начинает одна из команд, выбранная путем жребия.

Матч оканчивается по истечении 7 минут астрономического времени, или когда одна команда набирает 7 очков, или когда разница в счёте составляет 5 очков. В случае ничейного счёта по истечении 7 минут игра продолжается до первого заброшенного мяча в течение одной

минуты. Далее, в случае ничейного результата пробиваются штрафные броски до первого промаха одной из команд. За победу команда получает 2 очка, за поражение – 1 очко.

За неявку команда получает 0 очков, а её соперник – 2 очка.

В случае равенства очков у двух и более команд победитель определяется по следующим показателям:

результатам матчей между собой; наибольшему числу побед во всех матчах; наилучшей разнице забитых и пропущенных мячей во всех матчах.

■ НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Соревнования личные – 2 участника от отряда, в том числе: 1 мальчик и 1 девочка. Встречи проводятся среди мальчиков и девочек в одиночном разряде. Систему

и условия проведения определяет главный судья соревнований в зависимости от числа заявленных участников.

■ ВОЛЕЙБОЛ (пионербол)

Соревнования – командные.

Состав команды от отряда – 8 человек (мальчики и девочки).

Число участников матча 6х6.

Систему и условия проведения определяет главный судья соревнований в зависимости от числа заявленных команд. Игру начинается одна из команд, выбранная путем жребия.

Партия, (за исключением 3-й решающей) выигрывается командой, которая первой набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка. В случае равного счета 24-24 игра продолжается до достижения преимущества в 2 очка (26-24, 27-25, ...). Победителем матча является команда,

которая выигрывает 2 партии.

При равном счете 1-1, решающая партия (3-я) играется до 15 очков с минимальным преимуществом в 2 очка.

Порядок начисления очков: за победу – 2 очка, за поражение – 1 очко, за неявку команда получает 0 очков, а её соперник – 2 очка.

В случае равенства очков у двух и более команд победитель определяется по следующим показателям:

результатам матчей между собой;

наибольшему числу побед во всех матчах;

наилучшей разнице выигранных и проигранных мячей во всех матчах.

■ ФУТБОЛ (мини-футбол)

Соревнования – командные.

Состав команды – 8 человек (мальчики).

Число участников матча 5х5 (4 полевых игрока, вратарь), количество замен в матчах не ограничено, обратные замены допускаются. Замена игроков проводится только во время остановки игры или когда мяч выйдет из игры.

Систему и условия проведения определяет главный судья соревнований в зависимости от количества заявленных команд.

Продолжительность игры – 20 мин (2 тайма по 10 мин астрономического времени, с учетом того, что последняя минута каждого тайма берется по «чистому» времени, перерыв – 5 мин).

Порядок начисления очков: за выигрыш – 3 очка, за ничью – 1 очко, за проигрыш – 0 очков. При отказе играть или опоздании на игру, команде засчитывается поражение – 0:3.

В случае равенства очков у двух и более команд победитель определяется по следующим показателям:

результатам матчей между собой;

наибольшему числу побед во всех матчах;

наилучшей разнице забитых и пропущенных мячей во всех матчах;

наибольшему числу забитых мячей во всех матчах;

по жребию.

В случае ничейного результата в основное время матча назначается серия шестиметровых ударов (по 5 ударов). Очередность выполнения штрафных ударов определяется жребием. При равенстве в этом показателе, выполнение ударов продолжается в том же порядке, до первого промаха одной из команд.

Игровая форма полевых игроков – единая у каждой команды.

6. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Общекомандный зачет определяется по наименьшей сумме мест, занятых командами по видам спорта в своей возрастной группе, включенных в программу соревнований. При равенстве этих показателей у двух или более команд, преимущество получает команда, имеющая больше 1, 2, 3 и т.д. мест. При равенстве этого показателя, преимущество получает команда, имеющая лучший результат в соревнованиях по футболу (мини-футболу).

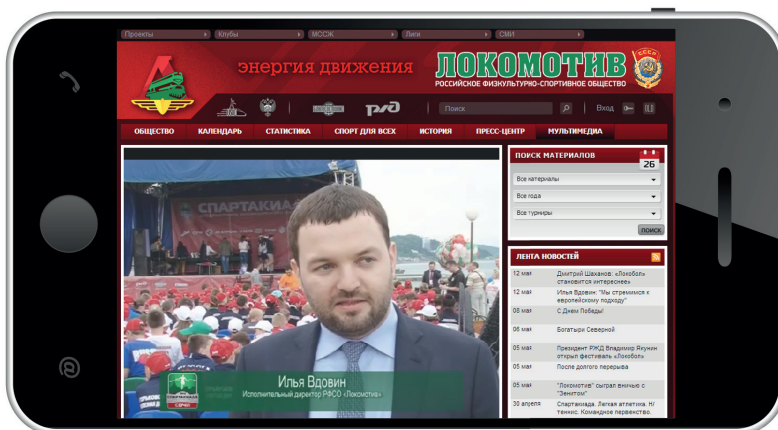
В целях определения лучших железных дорог по организации и качеству проведения спортивно-массовой работы с

детьми в рамках летней детской оздоровительной кампании 2014 года РФСО «Локобол» определяет победителей и призеров по следующим критериям: массовость (количество участников от общего числа отдыхающих); количество видов спорта, по которым проводились соревнования; проведение дополнительных мероприятий (организация различных викторин и конкурсов на спортивную тематику); активность болельщиков (участие в подготовке и оформлении баннерами и плакатами мест соревнований).

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команда-победительница соревнований «Локобол-ДОЛ» в своей возрастной группе награждается грамотой, а члены команды награждаются футболками и дипломами. Все участники соревнований «Локобол-ДОЛ» награждаются сер-

тификатами участников и сувенирной продукцией РФСО «Локобол». Три лучшие железные дороги по организации и проведению летних детских соревнований «Локобол-ДОЛ» награждаются кубками и грамотами.



WWW.RFSOLOKOMOTIV.RU



СКАЧАТЬ
ПОЛОЖЕНИЕ



ПОЛОЖЕНИЕ О ЛЕТНИХ ДЕТСКИХ СОСТЯЗАНИЯХ «ПРЕЗИДЕНТСКИЕ СТАРТЫ»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Летние детские состязания «Президентские старты» (далее – Старты) проводятся в целях укрепления здоровья и привлечения к регулярным занятиям физической культурой и спортом детей, находящихся в детских оздоровительных учреждениях ОАО «РЖД» (далее – ДОУ) в период летней детской оздоровительной кампании 2014 года.

ЗАДАЧИ

Пропаганда физической культуры и спорта как основы воспитания физически здорового и социально активного подрастающего поколения;

совершенствование форм организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы с детьми; формирование у детей позитивных жизненных установок, создание условий для неформального дружеского общения; позиционирование развития массового детского спорта как одного из приоритетов деятельности ОАО «РЖД» в области социальной политики компании; формирование сборных команд детей работников железнодорожного транспорта РФ для участия в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях ОАО «РЖД».

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Старты проводятся в период июнь-август 2014 года в ДОУ.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ И ПРОВОДЯЩИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

Права на проведение Стартов принадлежат ОАО «РЖД» и РФСО «Локомотив». Общее руководство проведением соревнований осуществляет РФСО «Локомотив» и Дирекции социальной сферы железных дорог (далее – ДСС).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на ДОУ, которые отвечают за:

подготовку мест проведения соревнований;
организацию и проведение стартов, судейство;

оформление и предоставление в ОП РФСО «Локомотив» отчетной документации;

медицинское обеспечение;

информационное обеспечение;

обеспечение безопасности участников и зрителей.

ОП РФСО «Локомотив» взаимодействуют с сотрудниками, назначенными приказом начальника ДСС ответственным за проведение Стартов в период оздоровления детей в ДОУ.

■ 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в Стартах допускаются дети, отдыхающие в ДООУ при условии допуска врача. Состязания проводятся в каждой смене среди отрядов ДООУ в трех возрастных группах:

дети 7-9 лет (9-12 отряд) – младшая возрастная группа;
дети 10-12 лет (5-8 отряд) – средняя возрастная группа;
дети 13-15 лет (1-4 отряд) – старшая возрастная группа.

■ 5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЯ

Старты определяют уровень физического развития детей (мальчиков и девочек) и проводятся в ДООУ в виде тестовых испытаний в два этапа:

1-й этап – 3 дня в начале лагерной смены;

2-й этап – 3 дня в конце лагерной смены. Подготовка к осуществлению тестирования является его обязательным элементом.

Ответственному лицу, который отвечает за физическое развитие детей в ДООУ необходимо объяснить участникам состязаний суть и порядок тестирования, смысл и содержание каждого упражнения, технику выполнения и возможные погрешности. Провести показательные тренировочные занятия по сдаваемым упражнениям.

■ 6. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Старты включают в себя следующие тестовые испытания:

1. Прыжок в длину с места (см.) – мальчики и девочки;

2. Челночный бег 3х10 м., с кубиками (сек.) – мальчики;

3. Подтягивание на перекладине (кол-во раз) – мальчики;

4. Сгибание разгибание рук в упоре от скамейки (кол-во раз) – девочки;

5. Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек.(кол-во раз) – девочки;

6. Бег 500 м - мальчики и девочки 7-12 лет;

7. Бег 1000 м - мальчики и девочки 13-15 лет;

8. Прыжки со скакалкой (кол-во раз за 1 минуту) – мальчики и девочки.

Результаты тестирования заносятся в протокол контрольного тестирования по физическому развитию (Приложение №2) на основании показателей таблицы диагностики физической подготовленности (Приложение №1).

1. ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА

Выполняется двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляются три попытки.

2. ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ С КУБИКАМИ 3X10 М (МАЛЬЧИКИ)

Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней финишной черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

3. ПОДТЯГИВАНИЕ НА ПЕРЕКЛАДИНЕ (МАЛЬЧИКИ)

Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Сгибая руки, подтянуться; разгибая руки, опуститься в вис. Положение виса фиксируется 0,5 секунд; при подтягивании подбородок выше грифа перекладины. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, раскрытие ладони, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3-х секунд. Фиксируется количество подтягиваний, при условии правильного выполнения.

4. СГИБАНИЕ РАЗГИБАНИЕ РУК В УПОРЕ ОТ СКАМЕЙКИ (ДЕВОЧКИ)

Участница принимает упор лежа от скамейки, руки выпрямлены в локтях, сгибая руки опустится в упор на согнутых руках (угол 90 градусов), разгибая руки выйти в упор до полного выпрямления рук. Фиксируется кол-во сгибаний разгибаний рук.

5. ПОДНИМАНИЕ ТУЛОВИЩА ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «ЛЕЖА НА СПИНЕ» ЗА 30 СЕКУНД

Исходное положение: руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 секунд.

6-7. БЕГ НА 500 М. (МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ 7-12 ЛЕТ), БЕГ НА 1000 М. (МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ 13-15 ЛЕТ)

Выполняется с высокого старта на беговой дорожке или ровной местности с любым покрытием. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

8. ПРЫЖКИ СО СКАКАЛКОЙ НА ДВУХ НОГАХ (МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ)

Фиксируется количество прыжков за 1 минуту.



СКАЧАТЬ
ПОЛОЖЕНИЕ

Скачать Положения можно в разделе «Документы». Для перехода в него воспользуйтесь закладкой «Общество», расположенной в главном меню сайта.

rfsolokomotiv.ru

7. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Победители и призеры определяются в каждой возрастной группе отдельно среди мальчиков и девочек.

Для определения победителей и призеров учитываются результаты показанные участниками на первом и втором этапах Стартов.

По результатам, показанным в каждой дисциплине, участникам присваиваются места 1,2,3 и т.д.

Победители и призеры Стартов определяются по наименьшей сумме мест первого и второго этапов.

На основании отчетов предоставленных в РФСО «Локомотив», в целях повышения качества проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми по итогам проведения летних детских

состязаний «Президентские старты» в рамках проведения летней детской оздоровительной кампании 2013 года по сети дорог, выявляются 3 лучшие железные дороги.

Для выявления лучших железных дорог по организации и проведению Стартов применяются следующие критерии: массовость (количество участников от общего числа отдыхающих детей); организация и проведение дополнительных мероприятий направленных на пропаганду здорового образа жизни и повышение интереса детей к Стартам; своевременность, правильность и полнота предоставленной отчетной документации.

8. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1, 2, 3 места в своих возрастных группах, награждаются медалями, грамотами РФСО «Локомотив» и сувенирной продукцией.

Все участники, принимавшие участие в тестовых испытаниях, получают свидетельство участника и сувенирную

продукцию, поставляемой РФСО «Локомотив» в ДОУ не позднее 5 дней до окончания первой лагерной смены.

Три лучшие железные дороги по организации и проведению летних детских состязаний «Президентские старты» награждаются кубками и грамотами.

ТАБЛИЦА ДИАГНОСТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ (7-15 ЛЕТ)

ЛЕТ	УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ					
	МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег на 500 метров (7-12 лет), бег на 1000 метров (13-15 лет). Время (минуты и секунды)						
7	2.50 и ниже	2.51-4.50	4.51 и выше	3.00 и ниже	3.01-4.00	4.01 и выше
8	2.45 и ниже	2.46-4.40	4.4. и выше	2.55 и ниже	2.56-3.55	3.56 и выше
9	2.40 и ниже	2.41-4.30	4.31 и выше	2.50и ниже	2.51-3.40	3.41 и выше
10	2.30 и ниже	2.31-4.20	4.21 и выше	2.45 и ниже	2.46-3.30	3.31 и выше
11	2.25 и ниже	2.26-4.30	4.31 и выше	2.10 и ниже	2.11-3.20	3.21 и выше
12	4.30 и ниже	4.31-6.30	6.31 и выше	5.10 и ниже	5.11-7.10	7.11 и выше
13	4.15 и ниже	4.16-6.15	6.16 и выше	5.00 и ниже	5.01-7.00	7.01 и выше
14	4.00 и ниже	4.01-5.20	5.19 и выше	4.50 и ниже	4.51-6.50	6.51 и выше
15	3.60 и ниже	3.70-4.90	5.00 и выше	4.30 и ниже	4.29-6.19	6.20 и выше

ТАБЛИЦА ДИАГНОСТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ (7-15 ЛЕТ)

ЛЕТ	УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ					
	МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Челночный бег 3 раза по 10 метров (секунды)						
7	10.6 и ниже	10.7-13.6	13.7 и выше	-	-	-
8	10.3 и ниже	10.4-13.3	13.4 и выше	-	-	-
9	10.0 и ниже	10.1-13.0	13.3 и выше	-	-	-
10	9.7 и ниже	9.8-12.7	12.8 и выше	-	-	-
11	9.4 и ниже	9.4-12.3	12.4 и выше	-	-	-
12	9.1 и ниже	9.2-12.0	12.1 и выше	-	-	-
13	8.7 и ниже	8.8-12.7	12.8 и выше	-	-	-
14	8.4 и ниже	8.5-12.5	12.6 и выше	-	-	-
15	8.3 и ниже	8.4-12.3	12.4 и выше	-	-	-
Подтягивания (кол-во раз)				Сгибание разгибание рук		
7	4 и выше	2-3	1 и ниже	4 и выше	2-3	1 и ниже
8	5 и выше	3-4	2 и ниже	4 и выше	2-3	2 и ниже
9	6 и выше	3-5	2 и ниже	6 и выше	3-5	2 и ниже
10	6 и выше	4-5	3 и ниже	7 и выше	4-6	3 и ниже
11	7 и выше	4-6	3 и ниже	8 и выше	4-7	3 и ниже
12	8 и выше	5-8	4 и ниже	10 и выше	5-9	4 и ниже
13	9 и выше	6-9	5 и ниже	13 и выше	7-12	8 и ниже
14	10 и выше	6-9	5 и ниже	15 и выше	10-14	9 и ниже
15	11 и выше	7-10	6 и ниже	18 и выше	11-17	10 и ниже
Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 30 секунд						
7	-	-	-	13 и выше	7-12	6 и ниже
8	-	-	-	14 и выше	8-13	7 и ниже
9	-	-	-	14 и выше	8-13	7 и ниже
10	-	-	-	15 и выше	9-14	8 и ниже
11	-	-	-	16 и выше	10-15	9 и ниже
12	-	-	-	17 и выше	11-16	10 и ниже
13	-	-	-	17 и выше	11-16	10 и ниже
14	-	-	-	18 и выше	12-17	11 и ниже
15	-	-	-	20 и выше	14-19	13 и ниже
Прыжок в длину с места (сантиметры)						
7	140 и выше	139-110	109 и ниже	130 и выше	129-100	99 и ниже
8	140 и выше	139-110	109 и ниже	138 и выше	137-108	107 и ниже
9	150 и выше	149-130	119 и ниже	146 и выше	145-116	115 и ниже
10	160 и выше	159-140	129 и ниже	154 и выше	153-124	123 и ниже
11	170 и выше	169-140	139 и ниже	160 и выше	159-132	131 и ниже
12	175 и выше	174-145	144 и ниже	165 и выше	164-140	139 и ниже
13	180 и выше	179-151	150 и ниже	170 и выше	169-146	145 и ниже
14	190 и выше	189-166	165 и ниже	175 и выше	174-156	155 и ниже
15	210 и выше	209-181	180 и ниже	180 и выше	179-156	155 и ниже
Скакалка						
7	25 и выше	16-24	15 и ниже	25 и выше	16-24	15 и ниже
8	35 и выше	21-34	20 и ниже	35 и выше	21-34	20 и ниже
9	35 и выше	21-34	20 и ниже	35 и выше	21-34	20 и ниже
10	50 и выше	26-49	25 и ниже	50 и выше	26-49	25 и ниже
11	60 и выше	36-59	35 и ниже	60 и выше	36-59	35 и ниже
12	80 и выше	41-79	40 и ниже	80 и выше	41-79	40 и ниже
13	100 и выше	51-99	50 и ниже	100 и выше	51-99	50 и ниже
14	120 и выше	51-119	50 и ниже	120 и выше	51-119	50 и ниже
15	120 и выше	61-119	60 и ниже	120 и выше	61-119	60 и ниже

АНКЕТА УЧАСТНИКА

1. Ф.И.О.
2. Год рождения
3. Железная дорога
4. Место жительства
5. Контакты родителей (Ф.И.О., телефон)
-
6. Виды спорта:

	Уровень подготовки		
	Выс.	Сред.	Низ.
Легкая атлетика	☐	☐	☐
Лыжные гонки	☐	☐	☐
Настольный теннис	☐	☐	☐
Футбол	☐	☐	☐
Плавание	☐	☐	☐
Спортивное ориентирование	☐	☐	☐
Уличный баскетбол	☐	☐	☐
Шахматы	☐	☐	☐

7. Занимаешься ли в спортивной школе (секции), если да, то в какой

.....

.....

Анкету можно заполнить или скачать на сайте РФСО «Локомотив» в карточке соревнований. Для перехода в карточку выберите раздел «РФСО “Локомотив», расположенный в закладке «Календарь» главного меню, а затем нажмите на название соответствующего соревнования. Далее перейдите на закладку «Документы».





ОБОСОБЛЕННЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ РФСО «ЛОКОМОТИВ»

Воронежское (Юго-Восточная ж.д.)

Адрес: 394036, г. Воронеж, ул. Никитинская, д. 1
Руководитель
ЧЕРНАВСКИЙ Алексей Ильич
тел.: +7(4732) 65 37 09
e-mail: voronezh@rfsolokomotiv.ru

Екатеринбургское (Свердловская ж.д.)

Адрес: 620027, г. Екатеринбург,
ул. Челюскинцев, д. 15а, оф. 239
Руководитель
НЕПЛЮЕВ Сергей Владимирович
тел.: +7(343) 372 62 63
e-mail: ekaterinburg@rfsolokomotiv.ru

Иркутское (Восточно-Сибирская ж.д.)

Адрес: 664005, г. Иркутск, ул. Боткина, д. 1
Руководитель
КОНДРАТЬЕВ Петр Алексеевич
тел.: +7(3952) 63 95 42
e-mail: irkutsk@rfsolokomotiv.ru

Калининградское (Калининградская ж.д.)

Адрес: 236039, г. Калининград,
ул. Железнодорожная, д. 2
Руководитель
КРИВОНОС Леонид Захарович
тел.: +7(4012) 60 19 15
e-mail: kaliningrad@rfsolokomotiv.ru

Красноярское (Красноярская ж.д.)

Адрес: 660049, г. Красноярск, ул. Ленина, д. 90
Руководитель
ПОДВЕРБНЫЙ Евгений Александрович
тел.: +7(391) 248 44 63
e-mail: krasnoyarsk@rfsolokomotiv.ru

Московское (Московская ж.д.)

Адрес: 115054, Москва, ул. Пятницкая, д. 71/5, стр. 8
Директор
ГОЛДОБИН Андрей Владимирович
тел.: +7(495) 641 51 77
e-mail: moskva@rfsolokomotiv.ru

Нижегородское (Горьковская ж.д.)

Адрес: 603010, г. Нижний Новгород,
Балаклавский пер., д. 1
Руководитель
ДУБРОВСКИЙ Александр Владимирович
тел.: +7(831) 249 36 24
e-mail: nnovgorod@rfsolokomotiv.ru

Новосибирское (Западно-Сибирская ж.д.)

Адрес: 630004, г. Новосибирск, ул. Д. Шамшурина, д. 39
Руководитель
ЛУКАШОВ Николай Николаевич
тел.: +7(383) 325 38 41
novosibirsk@rfsolokomotiv.ru

Ростовское (Северо-Кавказская ж.д.)

Адрес: 344001, г. Ростов-на-Дону, пл. Привокзальная, д. 1/2, ком. 202
Руководитель
ХОМУТОВ Николай Николаевич
тел.: +7(863) 259 43 27
e-mail: rostov@rfsolokomotiv.ru

Самарское (Куйбышевская ж.д.)

Адрес: 443030, г. Самара, ул. Агibalова, д. 7а
Руководитель
ВАСИКОВ Владислав Фазылянович
тел.: +7(846) 303 84 63
e-mail: samara@rfsolokomotiv.ru

Санкт-Петербургское (Октябрьская ж.д.)

Адрес: 190031, г. Санкт-Петербург, наб. реки Фонтанки,
д. 117, офис 488
Руководитель
ВАСИЛЬЕВ Борис Николаевич
тел.: +7(812) 436 94 08
e-mail: spb@rfsolokomotiv.ru

Саратовское (Приволжская ж.д.)

Адрес: 410012, г. Саратов, ул. Антарская, д. 29
Руководитель
ЛУНЕВ Анатолий Федорович
тел.: +7(8452) 41 45 78
e-mail: saratov@rfsolokomotiv.ru

Хабаровское (Дальневосточная ж.д.)

Адрес: 680000, г. Хабаровск, ул. Истомина, д. 49, офис 2
Руководитель
ГАЦАЛЮК Анатолий Николаевич
тел.: +7(4212) 793 740
e-mail: khabarovsk@rfsolokomotiv.ru

Челябинское (Южно-Уральская ж.д.)

Адрес: 454008 г. Челябинск, пер. Островского, д. 5
Руководитель
ШУЛЯКОВА Марина Талатовна
тел.: +7(351) 216 27 70
e-mail: chelyabinsk@rfsolokomotiv.ru

Читинское (Забайкальская ж.д.)

Адрес: 672007, г. Чита, ул. Чкалова, д. 135, ком. 304
Руководитель
ЗЕЛИКОВ Владимир Викторович
тел.: +7(3022) 40 09 49
e-mail: chita@rfsolokomotiv.ru

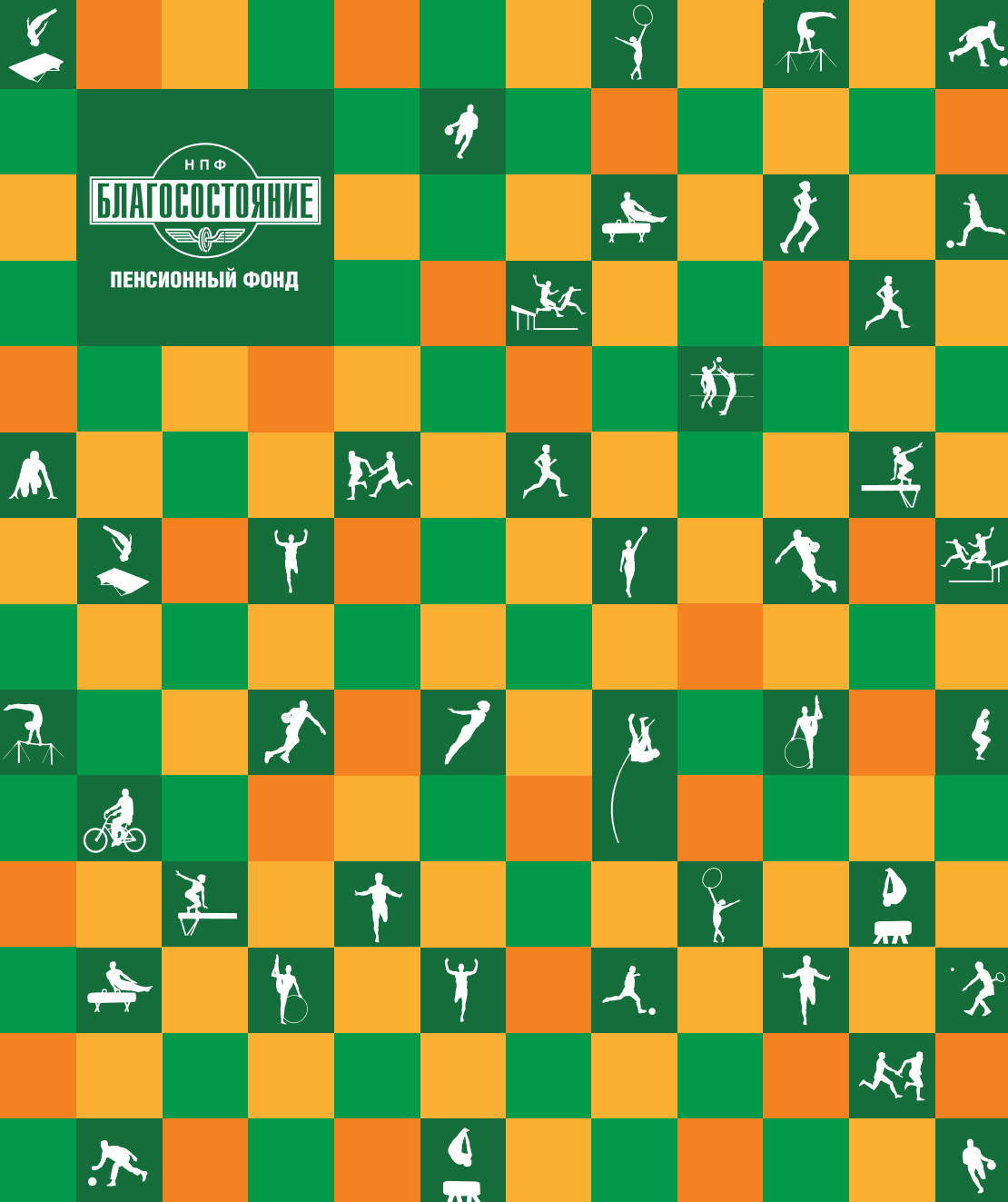
Южно-Сахалинское (Дальневосточная ж.д.)

Адрес: 693000, г. Южно-Сахалинск, ул. Карла Маркса, 51а,
офис 30
Руководитель
МАЛОВ Валерий Алексеевич
тел.: +7(4242) 72 21 35
e-mail: sakhalin@rfsolokomotiv.ru

Ярославское (Северная ж.д.)

Адрес: 150000, г. Ярославль, ул. Некрасова, д. 41, офис
207
Руководитель
ПЛЕТНЕВ Алексей Александрович
тел.: +7(4852) 67 07 46
e-mail: yaroslavl@rfsolokomotiv.ru

Для участия в узловых, региональных и дорожных соревнованиях обращайтесь в региональные представительства РФСО «Локомотив».



Реклама

Лицензия №23472 выдана БСРР 22.03.2009

Бесплатная справочная служба

8 800 775 15 20

www.npfb.ru



facebook.com/blagonpf



vk.com/npfb.ru



Россия живет просторами

Путешествия — это простор для полета мечты, для новых свершений, для будущих встреч и ярких эмоций, для всего того, чем живет каждый из нас.

ОАО «РЖД». Россия живет дорогами

ОАО «РЖД» - генеральный спонсор

