Міністэрства адукацыі
Рэспублікі Беларусь

Установа адукацыі
«ПАЛЕСКІ ДЗЯРЖАЎНЫ УНІВЕРСІТЭТ»

УТВЕРЖДЕНО
Приказ ректора университета
от 12.10.2026 № 654

ПОЛОЖЕНИЕ

12.10.2026 № 25
г. Пинск

О проведении соревнований по пауэрлифтингу
в дисциплине жим лёжа
в рамках I этапа Республиканской универсиады
«Битва факультетов» среди факультетов
УО «Полесский государственный университет»

1. Цели и задачи

Соревнования по пауэрлифтингу в дисциплине жим лёжа в рамках I этапа Республиканской универсиады «Битва факультетов» среди факультетов УО «Полесский государственный университет» проводятся с целью развития студенческого спорта в Полесском государственном университете, повышения заинтересованности молодежи к участию в спортивных и спортивно-массовых мероприятиях и приобщения студентов университета к здоровому образу жизни, повышения эффективности физического воспитания.

Задачи соревнований:

- вовлечение и вовлеченность всех студентов университета в мероприятия I этапа Республиканской универсиады;
- гражданское и патриотическое воспитание студенческой молодежи;
- создание общеуниверситетской спортивной среды;
- формирование устойчивой аудитории болельщиков из числа студентов и сотрудников;
- создание условий для участия в спортивных мероприятиях студентов любого уровня физической подготовки;
- повышение уровня физического развития и физической подготовленности студентов;
- повышение качества и эффективности работы УВО в сфере физической культуры и спорта;
- привлечение обучающихся УВО к регулярным занятиям физической культурой и спортом, пропаганда ценностей здорового образа жизни;
- определение победителей в соревнованиях по пауэрлифтингу в дисциплине жим лёжа;

- выявление и развитие спортивно одаренных студентов для сборной команды ПолесГУ по пауэрлифтингу в дисциплине жим лёжа, повышение спортивного мастерства студентов-спортсменов;
- формирование сборной команды УО «Полесский государственный университет» по жиму лёжа для участия в последующих студенческих соревнованиях;
- популяризация национального студенческого спорта.
- укрепление спортивных связей между факультетами университета.

2. Порядок проведения соревнований

2.1. Соревнования проводятся между факультетами УО «Полесский государственный университет». В соревнованиях участвуют мужчины, в весовых категориях до 85 кг и свыше 85 кг. В число участников соревнований включаются студенты различных форм обучения (дневная, заочная, магистранты). Состав команды 4 человека не более 2-х участников в каждой весовой категории. Участник соревнований должны иметь спортивную форму и допуск врача на соревнования. Соревнования проводятся в личном и командном первенстве.

Начисление очков спортсменам:

1 место – 28	6 место – 20	11 место – 15	16 место – 10	21 место – 5
2 место – 25	7 место – 19	12 место – 14	17 место – 9	22 место – 4
3 место – 23	8 место – 18	13 место – 13	18 место – 8	23 место – 3
4 место – 22	9 место – 17	14 место – 12	19 место – 7	24 место – 2
5 место – 21	10 место – 16	15 место – 11	20 место – 6	25 место – 1

2.2. Соревнования по пауэрлифтингу (жим лежа) проводятся на гребной базе №1 в тренажерном зале №109.

15 октября 2026 года. Начало в 18.00.

Взвешивание участников проводится в день соревнований с 17.30 до 18.00.

3. Руководство проведением соревнований

3.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнований возлагается на Невдаха Игоря Степановича.

3.2. Ответственность за соблюдение общественного порядка и обеспечение безопасности возлагается на заместителей деканов по ИВР и Невдаха И.С.

3.3. Проведение соревнований возлагается на Главную судейскую коллегию. Председатель Главной судейской коллегии — Невдах И.С.

4. Участники соревнований

4.1. В соревнованиях участвуют мужчины в соответствии с пунктом 2.1. К участию допускаются только спортсмены, относящиеся к основной

группе по физической культуре, прошедшие инструктаж по безопасности и включенные в заверенную заявку факультета.

4.2. Соревнования проводятся в жиме лёжа без экипировки по правилам WRPF (World Raw Powerlifting Federation). Одежда и личная экипировка должны соответствовать разделу III технических правил WRPF [1]. Жимовая майка не допускается; пояс и кистевые бинты разрешены в пределах требований правил. Перед допуском Главная судейская коллегия проверяет форму и экипировку участников.

5. Условия проведения соревнований

5.1. Оборудование, техника жима лёжа, взвешивание, порядок попыток и судейство должны соответствовать техническим правилам WRPF для жима лёжа без экипировки [1]. Применяется редакция правил, действующая на дату соревнований и доведенная Главной судейской коллегией до участников до начала взвешивания. Программа соревнований включает исключительно жим лёжа.

5.2. Каждому участнику предоставляются три попытки. В зачет принимается наибольший вес штанги, успешно поднятый в одной из попыток. При отсутствии успешных попыток участник не получает зачетного результата.

5.3. Упражнение выполняется по командам старшего судьи «Старт», «Жать» («Пресс»), «Стойки» («Рэк»). Требования к исходному положению, остановке штанги, выпрямлению рук и основания для незачета попытки определяются пунктом 4.2 технических правил WRPF [1]. Попытку оценивают три судьи; решение принимается большинством голосов.

5.4. Для данного университетского турнира устанавливаются две весовые категории по фактической массе тела при взвешивании: до 85 кг включительно и свыше 85 кг. Победители и призеры определяются отдельно среди мужчин в каждой весовой категории по наибольшему весу штанги, успешно поднятому в одной из трех попыток. При равном результате преимущество имеет участник с меньшей массой тела; при одинаковой массе проводится перевзвешивание. Если масса остается одинаковой, участникам присваивается одинаковое место, а следующее место остается незанятым согласно пункту 1.5.4 правил WRPF [1]. Указанные две весовые категории установлены настоящим положением для университетского турнира.

5.5. Главная судейская коллегия обеспечивает соответствие оборудования требованиям WRPF и работу страхующих ассистентов согласно правилам [1]. Участники проходят инструктаж по безопасности, соблюдают команды судей и установленный порядок разминки и выступления.

6. Награждение

Победители и призеры в каждой из двух весовых категорий отдельно среди мужчин и женщин награждаются дипломами соответствующих степеней.

По результатам соревнований формируется сборная команда Полесского государственного университета по жиму лёжа для участия в последующих студенческих соревнованиях в соответствии с их положениями.

7. Порядок и сроки подачи заявок

Именные заявки по форме приложения 1, заверенные деканами факультетов, подаются 14 октября 2026 года с 18.00 до 19.00 в тренажерный зал № 109 гребной базы № 1. Дата подачи заявок устанавливается до дня соревнований. Лист инструктажа оформляется по форме приложения 2 до допуска участников к соревнованиям.

Нормативные ссылки

[1] Технические правила WRPF — пункт 1.5 и разделы II–VII, жим лёжа — пункт 4.2. Официальная страница правил:https://wrpf.pro/pravila/

Декан факультета организации здорового образа жизни  Т.В.Маринич

Приложение 1
Главной судейской коллегии

ОБЩАЯ ЗАЯВКА

на участие факультета _____
в соревнованиях по пауэрлифтингу в дисциплине жим лёжа
I этапа Республиканской универсиады «Битва факультетов»

№	ФИО	Дата рождения	Факультет	Группа	Подпись участника по ОТ
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

Декан _____ _____
(подпись, печать) (ФИО)

Представитель команды _____ _____
(подпись) (ФИО полностью)

Контактный телефон _____

Приложение 2

ЛИСТ ИНСТРУКТАЖА

С инструктажем по вопросам безопасности занятий физической культурой и спортом, профилактики и предупреждения травматизма, безопасного выполнения жима лёжа и оказания первой помощи при несчастных случаях в ходе Универсиады ознакомлены:

Факультет _____

№ п/п	ФИО	Дата проведения инструктажа	Подпись спортсмена (инструктируемого)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

К универсиаде допущено _____ человек

Инструктаж провел

_____ _____ _____

(должность) (подпись) (ФИО)