

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель УКМПСТ
администрации
Усть-Абаканского района



О.А.Федорова
2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель Управления
образования
Усть-Абаканского района



Л.В.Кувалдина
2022 г.

РЕГЛАМЕНТ

проведения Муниципального этапа республиканских соревнований «Школьная спортивная лига Хакасии»

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение определяет условия, порядок организации и проведения Муниципального этапа республиканских соревнований «Школьная спортивная лига Хакасии» (далее – Соревнования).

1.2. Соревнования проводятся на основании Положения о проведении республиканских соревнований «Школьная спортивная лига Хакасии» с целью выявления победителей в Усть-Абаканском районе и решает следующие задачи:

- формирование позитивных жизненных установок, патриотизма, активной гражданской позиции подрастающего поколения;
- вовлечение школьников в систематические занятия физической культурой и спортом, направленные на воспитание гармонично развитой личности;
- пропаганда здорового образа жизни.

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

I (школьный) этап проводится на базах общеобразовательных организаций Усть-Абаканского района по соответствующим видам спорта. Сроки проведения – до **15 апреля 2022 года**.

II (муниципальный) этап проводится в Усть-Абаканском районе. Сроки проведения- **апрель 2022 год**.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Организаторы Соревнований: Управление образования Усть-Абаканского района, Управление культуры, молодежной политики, спорта и туризма администрации Усть-Абаканского района.

Непосредственное проведение I (школьного) этапа Школьной лиги осуществляют общеобразовательные организации Усть-Абаканского района.

Общее руководство подготовкой и проведением II (муниципального) этапа осуществляет МБУДО «Усть-Абаканская СШ». Непосредственное проведение Соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

4. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Программа Соревнований состоит из спортивных соревнований по видам спорта. Порядок и система проведения Соревнований определяется ГСК (в зависимости от количества участников, количества участвующих команд, погодных условий и т.д.).

При возникновении обстоятельств непреодолимой силы (форс-мажора) ГСК оставляет за собой право изменить программу, сроки, место проведения Соревнований.

1. Баскетбол 3х3 (стритбол)

Соревнования командные, проводятся отдельно среди команд юношей и команд девушек в соответствии с Правилами вида спорта «Баскетбол», утвержденными Министерством спорта Российской Федерации, система проведения зависит от количества прибывших команд. Соревнования проводятся по адресу: рп.Усть-Абакан, ул.Гидролизная 1а, МБУДО «Усть-Абаканская СШ».

Сроки и место проведения:

20 апреля 2022 года – 5-9 класс (юноши, девушки);

21 апреля 2022 года – 10-11 класс (юноши, девушки).

Главный судья соревнований – **Юрсанов Сергей Валентинович**, учитель физической культуры МБОУ «Вершино-Биджинская СОШ».

Состав команды – 4 человека, в том числе 1 запасной.

Игра проходит на половине баскетбольной площадки. Основное время игры 8 минут (последняя минута «чистое время»). В случае равного счета по истечении 8 минут игра продолжается до заброшенного мяча в дополнительное время. В игре должны быть задействованы все игроки команды.

Представитель команды должен принять участие в судействе (не менее 1 игры).

Предварительные заявки на участие в Соревновании по форме согласно приложению 1 к настоящему Регламенту направляется в электронном виде общеобразовательными организациями до 18 апреля 2022 года на эл.адрес: belunita@mail.ru с пометкой Школьная спортивная лига.

2. Волейбол

Соревнования командные, проводятся в рамках муниципального этапа Республиканского фестиваля по волейболу среди команд общеобразовательных организаций сезона – 2022 (Положение).

3. Мини-футбол

Соревнования командные. Проводятся отдельно среди команд мальчиков и девочек, юношей и девушек в соответствии с правилами вида спорта «Футбол», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации. Система проведения зависит от количества заявившихся команд, в случае участия более 6 команд Соревнования проводятся по системе с выбыванием (Олимпийской). Соревнования проводятся по адресу: рп.Усть-Абакан, ул.Гидролизная 1а (МБУДО «Усть-Абаканская СШ»). Начало соревнований в **10.00** часов.

Сроки и место проведения:

28 апреля 2022 г. – 5-9 классы

- юноши (мини-футбольное поле)

- девушки (спортивный зал);

29 апреля 2022 г. – 10-11 классы

- юноши (мини-футбольное поле);

- девушки (спортивный зал);

30 апреля 2022 г. – 1-4 классы (спортивный зал).

Состав команды: 8 игроков (в том числе 3 запасных). В поле 4 игрока и 1 вратарь. Представитель команды должен принять участие в судействе (не менее 1 игры).

Продолжительность игры:

1-4 класс – два тайма по 10 минут с перерывом 5 минут.

5-9, 10-11 классы – два тайма по 15 минут с перерывом 5 минут.

Число замен в ходе матча неограниченно. Штрафной удар пробивается с шести метров. Запасные игроки вносятся в протокол до начала игры.

Главный судья Соревнований – **Екимков Геннадий Васильевич**, учитель физической культуры МБОУ «Солнечная СОШ».

Предварительные заявки на участие в Соревновании по форме согласно приложению 1 к настоящему Регламенту направляется в электронном виде общеобразовательными организациями до 18 апреля 2022 года на эл.адрес: ekimkov1990@mail.ru с пометкой Школьная спортивная лига.

4. Тобит (хакасские шашки)

Соревнования командные, система проведения зависит от количества заявившихся команд. Состав команды 4 человека (2 мальчика, 2 девочки). Соревнования проводятся по адресу: рп.Усть-Абакан, ул.Гидролизная 1а, спортивный зал МБУДО «Усть-Абаканская СШ».

Сроки проведения:

25 апреля 2022 года - 1-4 классы

26 апреля 2022 года – 5-9 классы

27 апреля 2022 года – 10-11 классы

Главный судья соревнований – **Костояков Петр Григорьевич**, тренер-преподаватель МБУДО «Усть-Абаканская СШ».

Представитель команды должен принять участие в судействе (не менее 1 игры).

Предварительные заявки на участие в Соревновании по форме согласно приложению 1 к настоящему Регламенту направляется в электронном виде общеобразовательными организациями до 18 апреля 2022 года на эл.адрес: kostoyakovpetr@mail.ru с пометкой Школьная спортивная лига.

5. Пионербол

Соревнования командные (1-4 классы). Состав команды смешанный: 8 игроков (4 мальчика и 4 девочки, в том числе 2 запасных). Игры проводятся в соответствии с правилами игры «Пионербол» (приложение 2). Система проведения зависит от количества заявившихся команд. Представитель команды должен принять участие в судействе (не менее 1 игры).

Соревнования проводятся **23 апреля 2022 года** по адресам: рп.Усть-Абакан, ул.Гидролизная 1а (спортивный зал МБУДО «Усть-Абаканская СШ»); рп.Усть-Абакан, ул.Кирова 38 (спортивный зал МБОУ «Усть-Абаканская СОШ»). Начало соревнований в **10.00** часов.

Главный судья соревнований – **Шаврина Ирина Сергеевна**, учитель физической культуры МБОУ «Усть-Абаканская СОШ».

Предварительные заявки на участие в Соревновании по форме согласно приложению 1 к настоящему Регламенту направляется в электронном виде общеобразовательными организациями до 18 апреля 2022 года на эл.адрес: ascent-96@mail.ru с пометкой Школьная спортивная лига.

6. Легкоатлетическая эстафета

Легкоатлетическая эстафета проводится **27 апреля 2022 года** по адресу: рп.Усть-Абакан, ул.Гидролизная 1а, стадион МБУДО «Усть-Абаканская СШ».

Начало соревнований в **12.00 часов**. Главный судья – **Баранихин Сергей Викторович**, учитель физической культуры МБОУ «Усть-Абаканская СОШ».

Состав команды: 12 человек (1-4 класс: **1м + 1д**; 5-9 класс: **3м + 3д**; 10-11 класс: **2м + 2д**).

Дистанция эстафеты – **1700 м: мальчик и девочка** (1-4 класс) – 100 м; **девочки** (5-9, 10-11 классы) – 100 м; **мальчики** (5-9, 10-11 классы) – 200 м.

Распределение по этапам проведения эстафеты:

девочка (1-4 класс) → **мальчик** (1-4 класс) → **девочка** (5-9 класс) → **мальчик** (5-9 класс) → **девочка** (5-9 класс) → **мальчик** (5-9 класс) → **девочка** (5-9 класс) → **мальчик** (5-9 класс) → **девочка** (10-11 класс) → **мальчик** (10-11 класс) → **девочка** (10-11 класс) → **мальчик** (10-11 класс).

Предварительные заявки на участие в легкоатлетической эстафете по форме согласно приложению 1 к настоящему Регламенту направляется в электронном виде общеобразовательными организациями до 20 апреля 2022 года на эл.адрес: baranikhin90@mail.ru с пометкой Школьная спортивная лига.

7. Комплекс ГТО

По итогам выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» за 2021-2022 гг. на III Региональный этап соревнований «Школьная спортивная лига» будет направлена команда МБОУ «Опытненская СОШ».

5. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях допускаются только обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом, в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утвержденными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 06.05.2014 № 4.

В муниципальном этапе Школьной лиги принимают участие команды школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций.

К соревнованиям муниципального этапа допускаются команды, подтвердившие участие в соревнованиях не позднее срока, указанного в настоящем Регламенте.

Один из руководителей команд должен являться учителем физической культуры общеобразовательной организации.

К участию в Муниципальном этапе Школьной лиги не допускаются команды:

- имеющие в своем составе учащихся, не указанных в предварительной заявке без согласования с ГСК;

- представившие заявку позже установленного срока;

Требования, предъявляемые к основным и запасным участникам, указанным в предварительной заявке одинаковы.

Все участники команды должны иметь единую спортивную форму.

В случае выявления нарушения требований к участникам и условий их допуска команда снимается с соревнований.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- именную заявку по установленной форме с медицинским допуском, заверенную директором учреждения (организации);

- справку школьника с фотографией, заверенную директором общеобразовательного учреждения (на каждого участника).

При возникновении спорных ситуаций по допуску к соревнованиям Оргкомитет вправе запросить дополнительно подтверждающие документы у представителей команд. Представители команд несут ответственность за дисциплину участников во время проведения соревнований и в местах проживания участников.

6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители и призёры соревнований, включенных в программу проведения Муниципального этапа ШСЛ, определяются в соответствии с правилами соревнований по соответствующим видам спорта.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1 места по каждому спортивному виду программы награждаются грамотами и кубками. Участники команд, занявших 1,2,3 места по каждому виду программы награждаются грамотами.

Учителя физической культуры, руководители команд, занявших 1, 2, 3 места награждаются грамотами Управления образования Усть-Абаканского района.

8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению I этапа ШСЛ обеспечивают общеобразовательные организации Усть-Абаканского района.

Расходы, связанные с организацией и проведением муниципального этапа ШСЛ осуществляются за счет:

- приобретение кубков - УКМПСТ администрации Усть-Абаканского района.
- приобретение грамот – Управление образования Усть-Абаканского района.

Расходы по командированию команд для участия в муниципальном этапе ШСЛ (проезд до места проведения соревнований и обратно, суточные в пути, обеспечивают командирующие организации.

Ответственность за командирование команд на соревнования возлагается на руководителей общеобразовательных организаций Усть-Абаканского района.

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353, а также правил соревнований по соответствующим видам спорта.

Соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», а также в соответствии с требованиями Регламента по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденного Министром спорта Российской Федерации, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 31.07.2020.

Приложение 1
к Регламенту о проведении
муниципального этапа
республиканских соревнований
«Школьная спортивная лига
Хакасии»

Заявка
на участие в Муниципальном этапе республиканских соревнований
«Школьная спортивная лига Хакасии»

От команды _____
Вид спорта _____

№ п/п	Фамилия, имя	Дата рождения	Образовательная школа	Допуск врача (подпись, дата, печать)
1				допущен
2				допущен
3				допущен
.....				допущен

К соревнованиям допущено _____ человек.

Врач _____
(подпись и печать врача) (расшифровка подписи)
М.П. (печать медицинского учреждения, заверившего заявку)

Директор _____ (подпись и печать)

Представитель команды _____ (Ф.И.О. полностью и личная подпись)

Ф.И.О. исполнителя (полностью) _____
Контактный телефон _____

Приложение 2
к Регламенту о проведении
муниципального этапа
республиканских соревнований
«Школьная спортивная лига
Хакасии»

Правила игры в пионербол

1. Пионербол - командная игра.

2. Цель игры - направить мяч над сеткой для приземления его на площадке соперника и предотвратить такую же попытку противника. Команда имеет три передачи для возвращения мяча (дополнительное касание на блоке). Мяч вводится в игру подачей: подающий игрок броском направляет мяч через сетку на сторону соперника. Розыгрыш продолжается: до приземления мяча на игровой площадке; выхода его за пределы площадки или ошибки команды при возвращении мяча.

В пионерболу команда, выигравшая розыгрыш, получает очко (Система «Розыгрыш-Очко»). Когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, она получает очко и право подавать, и её игроки переходят на одну позицию по часовой стрелке.

3. Условия проведения игры пионербол:

Игры на групповом этапе проводятся из 3-х партий до 15 очков без правила «разрыва в 2 очка». На финальных этапах, начиная с 1/4 финала из 3-х партий с правилом «разрыва в 2 очка» до 15 очков. Победителем является команда, выигравшая две партии. При равенстве партий (1:1) играется 3-я партия до счета 15 с минимальным преимуществом в 2 очка. За выигрыш начисляется 2 очка, поражение - 1 очко, неявка - 0 очков.

4. Команда состоит из 8 игроков (4 юноши и 4 девушки). Один игрок является капитаном команды. Это отмечается в протоколе до начала игры. В игре принимают участие только игроки, внесенные в протокол. На игровой площадке находится 6 игроков команды (3 юноши и 3 девушки с расположением через одного), остальные считаются запасными. Замена в игре производится соответственно юноша на юношу, девушка на девушку.

5. Капитан команды представляет свою команду при жеребьевке и подписывает протокол перед игрой. Перед началом игры производит приветствие команды соперника. Во время игры только капитану позволено обращаться к судьям за разъяснениями по поводу трактовки правил и представлять вопросы членов команды. Если капитан заменён, то его функции выполняет другой назначенный игрок. Капитан имеет право запросить расстановку команд, проверить сетку и мяч, вытереть пол, записать протест в протокол после игры. В конце матча благодарит судей и команду соперника за хорошую игру.

6. Экипировка игрока – это футболка, трусы и спортивная обувь. Футболки игроков команды должны быть одного цвета и пронумерованы. Если две команды вышли на игру в одинаковой форме, то хозяева игры должны заменить свою форму.

7. Игровая площадка имеет прямоугольную форму. Размеры - 9х18 метров. Ширина линии 5 сантиметров. Размер линии входит в размеры игровой площадки. Игровая площадка делится на две равные площадки размером 9х9 метров. На каждой площадке проводится линия атаки, задний край которой проходит на расстоянии 3 м от оси средней линии, ограничивая переднюю зону.

Зона подачи – участок шириной 9 метров позади каждой лицевой линии. По бокам она ограничена двумя линиями по 15 сантиметров каждая на расстоянии 20 сантиметров позади лицевой линии, как продолжение боковых линий. Линии включены в ширину зоны подачи.

Сетка. Высота сетки 220 см. Для игры применяется волейбольная сетка и волейбольный мяч.

8. Стартовая расстановка команды указывает порядок перехода игроков по площадке. Она сохраняется на протяжении всей партии. Перед началом каждой партии учитель (педагог) представляет начальную расстановку команды. При обнаружении нарушения расстановки это необходимо исправить.

9. Позиции – в момент выполнения подачи, каждая команда находится в пределах своей собственной площадки на своих позициях. Каждый игрок задней линии должен быть расположен дальше от средней линии, чем игрок передней линии. После подачи игроки могут свободно перемещаться по площадке.

10. Подача мяча – это действие введения мяча в игру правым игроком задней линии. Подача мяча выполняется броском мяча только одной рукой сверху, снизу или сбоку. Дается только одна попытка.

Если игрок взял мяч в одну руку, то запрещается касаться мяча второй рукой. Когда подающая команда выигрывает розыгрыш, этот игрок подаёт вновь. Когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, она получает право на подачу и выполняет переход. Подающий игрок не должен касаться ногами линии разметки. Разрешается подача в прыжке. Подача выполняется только по свистку судьи. Выполненная подача без свистка судьи – выполняется вновь. Игроки подающей команды не могут своими действиями мешать соперникам на приёме мяча. Право подачи в первой (третьей) партии определяется жеребьёвкой. Во второй партии первая подача переходит к другой команде.

11. Состояния игры – мяч находится в игре с момента подачи. Мяч считается «в площадке», когда он касается поверхности игровой площадки, включая боковые линии. Мяч «ЗА» – когда мяч полностью за линией касается пола, касается предмета за пределами площадки, потолка, стен, антенн, стоек, сетки за пределами ограничительных лент, полностью пересекает нижнюю площадь под сеткой.

Команда может играть только в пределах её собственного игрового поля и пространства.

12. Прием мяча. Приемом считается любой контакт с мячом игрока в игре, разрешается прием одной и двумя руками, если один из игроков принимающей команды при приеме мяча коснулся груди или другой части тела, считается два приема. Команде дано право на три приема (не считая блока) для возвращения мяча на сторону противника. Игрок не имеет право принимать мяч два раза подряд (исключая блок). Два или три игрока могут касаться мяча одновременно, но это засчитывается как два (три) приема (исключая блокирование). Столкновение игроков не считается ошибкой. Если одновременные соприкосновения двух соперников над сеткой приводят к «Захвату», то это считается «Обоюдной ошибкой» и розыгрыш повторяется. Использование поддержки в игре запрещено.

Ошибки при приеме – команда касается мяча 4 раза, до его возврата; игрок принимает мяч подряд два раза или мяч касается нижних частей тела.

13. Команда набирает очко – при успешном приземлении мяча на стороне противника: когда команда противника совершает ошибку; когда команда противника получает замечание. Если ошибки совершаются соперниками одновременно, то эта ошибка считается обоюдной и розыгрыш переигрывается. Если подающая команда

выигрывает розыгрыш, она набирает очко и продолжает подавать. Если принимающая команда выигрывает розыгрыш, она набирает очко и право подачи переходит к ней. Команда выполняет переход на одну позицию по часовой стрелке.

14. Игра у сетки – при переходе через сетку мяч может касаться сетки. Мяч, попавший в сетку, может быть оставлен в игре, если команда не сделала три касания. Блокирующий может касаться мяча на стороне противника, до или в момент выполнения нападающего удара. Игроку запрещается касаться сетки.

15. Проникновение под сеткой – разрешено проникать в пространство соперника под сеткой, если это не мешает его игре. Разрешается касаться площадки на стороне соперника стопой, кистью при условии, что какая-нибудь часть переносимой стопы или кисти касается средней линии или находится прямо над ней. Запрещается касаться площадки соперника любой другой частью тела.

16. Атакующий удар - все действия, в результате которых мяч направляется на сторону соперника, исключая подачу и блок, считаются атакующим ударом. Игрок задней линии может выполнять атакующий удар на любой высоте с места, находящегося позади передней зоны. Ему запрещается касаться линии нападения в момент прыжка. Игрок передней линии может выполнять атакующий удар на любой высоте только в передней зоне. Игрок, принявший подачу, может сделать с мячом не более трех шагов и после этого он обязан перебросить мяч через сетку. Игроку не разрешается выполнять нападающий удар непосредственно после подачи соперника, когда мяч находится в передней зоне выше верхнего края сетки. Атакующий удар можно наносить одной или двумя руками.

17. Блокирование - действие игрока вблизи сетки для перехвата мяча, идущего от соперника, выполняемое любой частью тела выше верхнего края сетки. Только игроки передней линии могут принимать участие в блокировании. Касание мяча на блоке не считается ударом команды. Не разрешается касаться мяча на стороне соперника раньше, чем сделан атакующий удар. Первый бросок после блока может сделать любой игрок, включая блокирующих. Блокировать подачу соперника запрещено.

Каждая команда имеет право на два тайм-аута в каждой партии. Длительность тайм - аута 30 секунд.

Приложение 3
к Регламенту о проведении
муниципального этапа
республиканских соревнований
«Школьная спортивная лига
Хакасии»

**Спортивная программа
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

Испытания для мальчиков и девочек I ступени (6-8 лет), II ступени (9-10 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мальчики		Девочки	
		I	II	I	II
		6-8	9-10	6-8	9-10
1.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+
2.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	+	+	+	+
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	+	+	+	+
4.	Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м, кол-во попаданий)	+	-	+	-
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+
6.	Челночный бег (3x10 м)	+	+	+	+

Испытания для мальчиков и девочек III ступени (11-12 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мальчики	Девочки
		III	III
		11-12	11-12
1.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см)	+	+
2.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	+	+
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	+	+
4.	Стрельба из электронного оружия (дистанция 10 м)	+	+
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+
6.	Челночный бег (3x10 м)	+	+

Приложение 4
к Регламенту о проведении
муниципального этапа
республиканских соревнований
«Школьная спортивная лига
Хакасии»

Заявка
на участие в Муниципальном этапе республиканских соревнований
«Школьная спортивная лига Хакасии»

От команды _____

Вид программы: «Комплекс ГТО»

№ п / п	ФИ участника	Дата рождения	УИН участника	Образователь ная организация	класс	Степень ВФСК ГТО	Допуск врача (подпись, дата, печать)
1	Иванов Иван	12.03.2003	18-19-0000234			III	
2							
...							
..							

К соревнованиям допущено _____ чел

Врач _____ / _____ /

(подпись и печать медицинского работника) (расшифровка подписи)

М.П.

Директор _____ / _____ / (подпись и печать)

Представитель команды _____ / (Ф.И.О. полностью и личная подпись)

Контактный телефон