

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

_____ М. А. Майковец
«_____» _____ 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ № 322
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

_____ Е. Н. Лебедева
«_____» _____ 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

_____ В. Ю. Морозова
«_____» _____ 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

Открытого первенства среди школьных спортивных клубов
Фрунзенского района
по художественной гимнастике «*Звездочки*»

Санкт-Петербург

2020 год

1. Цели и задачи

Цель:

пропаганда художественной гимнастики в детско-юношеских физкультурно-спортивных клубах;

Задачи:

- повышение спортивного мастерства гимнасток;
- укрепление здоровья детей и подростков, вовлечение их в регулярные занятия физической культурой и спортом;
- привлечение внимания к детскому спорту.

2. Сроки и место проведения

Дата проведения: 20 марта 2021 год

Место проведения: Санкт-Петербург, ул. Олеко Дундича 25,к.3, спортивный зал ГБОУ СОШ №313.

Март (суббота) – Начало соревнований в 10.00. Парад открытия соревнований в 12:00. Индивидуальная программа, ОФП.

3. Руководство проведением соревнований

3.1.Общее руководство соревнованиями осуществляет Районный опорный центр по координации работы школьных спортивных клубов и организации спортивно-массовой работы.

3.2. Непосредственное проведение Первенства школьных спортивных клубов Фрунзенского района по шахматам осуществляет ШСК «ТАНТЕН» ГБОУ СОШ № 313 Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

3.3. Судейство осуществляет главный судья турнира – педагог дополнительного образования ОДОД ГБОУ СОШ № 313 Кравцова Елизавета Олеговна, тел. моб. 8-999-219-32-20; электронный адрес: school_313@mail.ru и коллегия представителей ШСК Фрунзенского района (по согласованию).

3.4. Ответственный за проведение турнира – руководитель ОДОД, педагог-организатор Завьялова Наталья Аркадьевна, 8-921-092-52-24

4. Условия проведения и участники соревнований

4.1. К соревнованиям допускаются гимнастки 2008-2014 г.р., выступающие по данной программе, имеющие соответствующую квалификацию и допуск врача. Количество участниц от команды не ограничено.

4.2. Приветствуется от каждой команды (школы) судья, (но только тренера по художественной гимнастике для индивидуальной программы или педагога по ОФП)!

4.3. Соревнования проводятся по правилам FIG 2017-2020г.

Индивидуальная программа

Год рождения	Категория А	Категория В	Категория С
2014 г.р.	-	-	БП
юн. гимнаст (2013 г.р.)	-	БП	БП
III юн. разряд (2012 г.р.)	БП+вид	БП	БП
II юн. разряд (2011 г.р.)	БП+вид	БП	БП
I юн. разряд (2010 г.р.)	БП + вид	вид	БП
III разряд (2009 г.р.)	БП + 2 вида	БП + вид	-
II разряд (2008 г.р.)	БП+2 вид	БП+вид	-

Программа ОФП /см. Приложение 2/

5. Определение победителей и награждение

5.1 Победитель и призеры в личном многоборье определяются по наибольшей сумме баллов в каждом разряде. Победительницы соревнований награждаются кубками, дипломами, призеры соревнований награждаются дипломами соответствующих степеней.

5.2. Результаты соревнований можно посмотреть в разделе РОЦ ШСК на сайте [/http://fizkult-imc.ru/](http://fizkult-imc.ru/)

6. Информация по технике безопасности

6.1. Обязанности и права спортсменов

6.1.1. Спортсмены обязаны:

строго соблюдать нормы поведения в спортивном учреждении, организованно выходить на старт.

6.1.2. ответственность за наличие страховки от несчастных случаев, жизни и здоровья участников соревнований несет сам спортсмен.

6.2. Спортивная форма и внешний вид спортсменок

6.2.1. Все спортсменки обязаны выступать в купальнике, в получешках, с собранными волосами, с минимальным макияжем.

6.2.2. Запрещаются любого вида ювелирные украшения, пирсинг, очки и жевательная резинка, которые могут представлять риск для безопасности спортсменок. Исключение

составляют: гвоздики в ушах и зубные брекеты.

6.3. Предметы для выступлений

6.3.1. Спортсменки для выступления используют свои предметы (скакалка, обруч, мяч, лента, булавы)

7. Подача заявок на участие

7.1 Заявки на участие в соревнованиях принимаются с 15 февраля до 9 марта 2021 г. в ГБОУ СОШ № 313 Фрунзенского района г. Санкт Петербург (ул.Олеко Дундича д.25 к.3), каб. воспитательной работы (2 этаж) или по электронному адресу school_313@mail.ru

7.2. В случае отсутствия заявки при проведении соревнования, команда не допускается до соревнований. Заявки должны соответствовать стандартному образцу с визой врача и директора школы /приложение №1/.

7.3 Заявки с допуском врача, свидетельства о рождении (копия) и страховой полис (копия) от несчастного случая сдаются на месте соревнований 20.03.2021 г. с 09:00 до 09:30. Заседание судейской коллегии 20.03.2021.г. в 09:30.

8. Порядок рассмотрения протестов и конфликтных ситуаций

В случае нарушений правил соревнований, протесты фиксируются в протоколах и в течение 24 часов заявления подаются главному судье соревнований. В случае выявления участия подставного игрока команде присуждается поражение, все очки аннулируются.

Методист РОЦ ШСК _____/Т.Н. Васильева/
8-905-281-12-68



**Районный опорный центр по координации работы
школьных спортивных клубов и организации
спортивно-массовой работы с учащимися
Фрунзенского района**

Структурное подразделение ГБОУ СОШ № 322, Фрунзенского района
192289, Санкт-Петербург, ул. Олеко Дундича, д. 38, корп. 3
Тел: 8 (812) 708-28-63. 3510912@mail.ru

ЗАЯВКА ШСК « _____ »
(название)
ГБОУ № _____
(ОУ)

Команда _____
(название команды)

Соревнование _____
(название)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	Категория	Допуск врача
ПРОГРАММА ОФП (категория D)				
1				
2				
3				
4 и т.д.				
ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА				
5				
6				
7				
8				
9 и т.д.				

Врач: _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

Представитель команды: _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

Тел: _____ Электронная почта: _____
(контактный телефон)

Директор ГБОУ № _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

М.П.

ОФП (D(первый год обучения))

ГИБКОСТЬ—мост из положения стоя, придвинуть руки к ногам.

«5» - полное касание пальцами рук пяток;

«4» - расстояние 10-20 см.;

«3» - расстояние 20-30 см.

СИЛА СПИНЫ—лёжа на животе (ноги закреплены), 5 раз прогнуться, руки за головой, затем - держать 5 сек. (руки за головой, голова прямо)

«5» - туловище вертикально;

«4» - туловище от 45 и выше;

«3» - туловище чуть ниже 45 .

СИЛА СПИНЫ- «кораблик» лежа на животе поднять ноги и руки (фиксация)

«5» -соблюдения техники исполнения,

«4» - согнутые колени, разведение ног,

«3» - согнутые ноги, бедра касаются пола.

АМПЛИТУДА—три шпагата на полу, руки в стороны.

«5» - полное касание бёдрами пола;

«4»-5 см до пола, нарушение техники;

«3» -более5 см, значительное нарушение техники.

СИЛА БРЮШНОГО ПРЕССА—сед в угол, руки в стороны (держать 5 сек.)

«5» -спина прямая, угол между ногами и туловищем менее 90 .;

«4» - сутулые плечи или согнутые колени, угол90 ;

«3» - угол между ногами и туловищем более90 .

ПРЫГУЧЕСТЬ— 10 прыжков через скакалку, каждое запутывание 0,5 балла.

«5» - соблюдение техники прыжка;

«4» - тоже, чуть согнутые колени или невытянутые носки;

«3» - значительное сгибание колен, нарушение осанки.

УСТОЙЧИВОСТЬ—равновесие «ласточка» на полной стопе (держать 5 сек.)

«5» - соблюдение техники равновесия; нога 90.

«4» - тоже, чуть ниже 90г, согнутые колени; баланстуловища,1 переступание.

«3» - значительное сгибание колен, нарушение осанки, более 3 переступаний.

ВНЕШНИЙ ВИД