

«УТВЕРЖДАЮ»

Исполнительный директор  
Региональной общественной  
организации РОО «ФХГ РК»  
И.В. Абрамова  
« » 2020г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении Республиканских соревнований по художественной гимнастике

### «БЕЛОСНЕЖКА»

РК ФХГ г.Евпатория

#### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- популяризация художественной гимнастики среди школьников
- развитие дружеских связей со спортивными клубами и школами
- формирование здорового образа жизни

#### 2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Место проведения соревнований: Россия, Республика Крым, г. Евпатория, ул. Аллея Дружбы, 1, Центр Спорта «Эволюция» (evolutionsport.ru), (на берегу моря «пос. Заозерное»).

День приезда: 21 февраля 2020г.

Начало Соревнований: 22 февраля 10:00-19:00.

Второй день соревнований: 23 февраля 10:00-14:00.

Парад награждения: 23 февраля 14:00.

День отъезда: 24 февраля 2020г.

#### 3. УЧАСТНИКИ И ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

##### Индивидуальная программа

Участники (г.р.)	Группа «А» Программа для выполнения разрядов, согласно требованиям ЕВСК (разряд)	Группа «В» Программа для гимнасток, выполнивших разряд, переходящих на следующий согласно возрасту (разряд)	Группа «С» Упрощенная программа, пониженный разряд (разряд)	Группа «D» Упрощенная программа
2015 и мл.	Б/п (III юн.)	Б/п (II юн.)	ОФП	–
2014	Б/п (II юн.)	Б/п + 1 вид (I юн.)	Б/п (III юн.)	ОФП
2013	Б/п + 1 вид (I юн.)	Б/п + 2 вида (III)	Б/п (II юн.)	Б/п или ОФП
2012	Б/п + 2 вида (III)	Б/п + 3 вида (II)	Б/п + 1 вид (I юн.)	Б/п или ОФП (II юн.)
2011	Б/п + 3 вида (II)	Б/п + 2 вида (II)	Б/п + 1 вид	Б/п
2010	Б/п + 3 вида (I)	Б/п + 2 вида	Б/п + 1 вида	Б/п

2009 – 2008	Б/п + 3 вида (I)	3 вида	2 вида	Б/п + 1 вид
2007 – 2008	4 вида (КМС)	3 вида	2 вида	Б/п + 3 вида (I)
2006 и ст.	4 вида	3 вида	2 вида	–

### **Групповые упражнения**

2014 - 2015 г.р.	юный гимнаст	Б/П
2014 - 2013 г.р.	программа 3 юн.р.	Б/П
2013 - 2012 г.р.	программа 2 юн.р.	Б/П
2012 - 2011 г.р.	программа 1 юн.р. / 3 р.	Б/П + 1 вид; Б/П
2011 - 2010 г.р.	программа 3 р./ 2 р.	Б/П + 1 вид; Б/П
2010 - 2009 г.р.	программа 2 р.	Б/П + 1 вид
2009 - 2008 г.р.	программа 1 р.	5 обручей; 5 лент
2008 - 2007 г.р.	программа 1 р.	

### **Программа ОФП (гимнастки 2016 – 2013 г.р.):**

#### **Растяжка ног:**

1. «Складочка» Сед, ноги вместе вперед. Наклон вперед к ногам, руки вытянуть на пол за стопы. Фиксация положения 5 счетов
2. «Продольный шпагат» (с правой и с левой ноги)
3. «Поперечный шпагат»

#### **Гибкость спины:**

4. «Рыбка» В упоре лежа на животе прогнуться назад, ноги в коленном суставе НЕ сгибать, ноги вместе, фиксация положения 5 счетов.
5. «Флажок» Стоя на коленях наклон назад, касание пола/захват пяток, ноги вместе (2016 г.р. с помощью тренера)
6. «Мост» (2016 -2014 г.р. из положения лежа, 2013 г.р. стоя).

#### **Сила:**

7. Стойка на лопатках «Березка» (2016-2014 г.р. с помощью рук, с 2013г.р. без помощи) Положение лёжа на спине, поднять таз с пола, ноги вместе вертикально вверх;
8. «Уголок» фиксировать 15 счетов;
9. «Лодочка» лёжа на животе оторвать ноги и туловище от пола (ноги вместе, руки прямые в замок) фиксировать 10 счетов.

#### **Координация:**

10. Равновесие «пасе» на правую и левую ногу (2016-2014г.р. на полной стопе, 2013 г.р. на полу пальце) фиксировать 3 счёта;
11. «Прыжки на скакалке» Удержание скакалки за узелки, прыжки через скакалку вращение вперёд 10 раз.

#### **4. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ**

Спортсмены – победители в индивидуальных видах программы соревнований и групповых упражнениях награждаются медалями и грамотами Минспорта РК до 6 места. Все участники награждаются памятными подарками. Показательные выступления от каждой команды так же награждаются призами. Тренерам и судьям так же будут вручены памятные подарки.

#### **5. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ**

5.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014г. №353, а также правил по виду спорта (художественная гимнастика).

5. 2. Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который предоставляется в комиссию по допуску на каждого участника спортивных соревнований. Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счёт бюджетных средств субъектов Российской Федерации, так и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации.

5. 3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.03.2016г. №134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне».

5. 4. Основанием для допуска спортсмена к спортивным соревнованиям является заявка с отметкой «Допущен» напротив каждого фамилии спортсмена с подписью врача заверенной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача в конце заявки, заверенной печатью допустившей спортсмена медицинской организации.

5. 5. Представители направляющих организаций и члены команд несут персональную ответственность за выполнение правил техники безопасности, общественного правопорядка и соблюдение дисциплины на месте проведения соревнований. Ответственность за жизнь, здоровье, безопасность участников возлагается на руководителей команд.

#### **6. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЕ**

6. 1. Финансирование проведения соревнований осуществляется за счет средств Министерства в соответствии с приказом и утвержденной сметой в пределах ассигнований, выделяемых на проведение мероприятий согласно Единого календарного плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Республики Крым на 2019 год. 6. 2. Расходы по командированию (проезд, питание, размещение, страхование) участников соревнований обеспечивают командирующие организации.

#### **7. УСЛОВИЯ ПРИЕМА ЗАЯВКИ**

Забронировать места для проживания (и питание) возможно следующим образом: 1) На сайте <http://evolutionsport.ru>. Выбираем даты, категорию номера, оплата картой. 2) На центральной стойке ресепшен АПК (+7 978 881 82 45). Оплата картой или наличными.

Предварительные заявки и обязательное подтверждение на участие в соревнованиях предоставить по эл. адресу : [prihodkoirina@mail.ua](mailto:prihodkoirina@mail.ua)

Абрамова Ирина Владимировна (ВК) – главный судья (г. Симферополь) Имаева Лилия Эдуардовна (СС2К) – зам. главного судьи(г. Евпатория)Приходько Ирина Юрьевна (МС СССР) – главный секретарь (г. Евпатория)(+7(978)7589577).

***Данное положение является официальным вызовом на соревнования.***