УТВЕРЖДАЮ
Директор Спортивно-технического
центра МЭИ
_____ А.С. Борисов

«_____»_____2020г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении
Онлайн турнира
по художественной гимнастике
«Радуга МЭИ»

1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью:

- популяризации художественной гимнастики;
- налаживания и укрепления дружеских связей между спортивными школами и клубами;
- укрепления здоровья детей и подростков, вовлечения их в регулярные занятия физической культурой и спортом;
- выявления талантливых и перспективных спортсменок;
- повышения спортивного мастерства участников соревнований.

2. Руководство проведения соревнований

Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляет клуб художественной гимнастики «МЭИ Энергия». Непосредственное проведение соревнований возлагается на оргкомитет и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований – Автономова Дарья Павловна г. Москва

3. Время, место и сроки проведения соревнований

Соревнования проводятся в режиме онлайн **23 августа 2020 года по московскому времени** в программе ZOOM. Начало соревнований в 11:00 мск. Время выступлений участников соревнований по возрастным группам будет определенно оргкомитетом по результатам рассмотрения заявок.

4. Условия проведения соревнований, программа

К участию в соревнованиях допускаются гимнастки 2016-2009 г.р. Соревнования проводятся в личном первенстве по трем категориям:

1) Упражнение БП, оценивается по официальным правилам FIG (9 элементов) для гимнасток 2013 года рождения и старше, а также по упрощенным правилам (7 элементов) для гимнасток 2014 года рождения и моложе.

2) Нормативы ОФП и предметной подготовки, включающей в себя фундаментальные и нефундаментальные технические группы предмета и трудности предмета (AD), а также основные движения тела в художественной гимнастики, исполнение каждого элемента оценивается по пятибалльной системе. Итоговый результат – средний балл полученных оценок.

3) Творческий номер, оценивается техническое исполнение номера, артистизм, соответствие образа, движений и музыального сопровождения, а также оригинальноть идеи.

Для участия в турнире необходимо:

- быть зарегистрированным в приложении ZOOM (https://zoom.us/) по адресу электронной почты, которая будет указана в заявке участника;
- при регистрации указать фамилию и имя гимнастки (не родителя) для возможности взаимодействия с участниками;
- быть зарегистрированным в приложении WhatsApp по номеру телефона, который будет указан в заявке участника;
- обязательно иметь исправные камеру и микрофон;
- установить камеру таким образом, чтобы гимнастка была видна в полный рост;
- иметь стабильное интернет-соединение.

График соревнований и данные для входа в видеоконференцию будут рассылаться каждому участнику. Участницы турнира могут выступать в соревновательной или тренировочной форме. Стартовый взнос за участие в соревнованиях – **1000 рублей** (участие в одной категории), +700 рублей (при участии в двух и более категориях) за каждую следующую категорию. **Команда, состоящая из трёх и более участников, обязана предоставить судью.**

5. Определение победителей

Победительницы и призёры соревнований определяются по наивысшему баллу в каждой возрастной группе. Все участники соревнований награждаются дипломами и подарочными сертификатами в электронном виде (отправка по электронной почте).

6. Формы и сроки предоставления заявок

Заявки установленной формы (см. Приложение 2) на участие в соревнованиях принимаются до **21 августа 2020 года** в электронном виде по адресу: **rgymnastic.energy@mail.ru**.

Обращаем внимание, что приём заявок может быть окончен ранее установленного срока в связи с ограничением по количеству участников.

Данное Положение является вызовом на соревнования.

Внимательно ознакомьтесь с приложениями.

Приложение 1. Нормативы для каждой возрастной группы.

Нормативы для 2016-2015 г.р.

1. Вращение скакалки в боковой плоскости вперед и назад правой рукой
2. Вращение скакалки в боковой плоскости вперед и назад левой рукой
3. Вращение скакалки в лицевой плоскости правой и левой рукой
4. Вращение скакалки над головой правой и левой рукой
5. Восьмерка вперед скакалкой, удерживаемой одновременно правой и левой рукой
6. 5 прыжков прямыми ногами через скакалку с вращением ее вперед
7. Складка из положения сидя
8. Мост
9. Бабочка с наклоном вперед
10. Березка
11. Лодочка
12. Акробатическое движение на выбор (пример: кувырок, колесо, переворот и тд.)

Нормативы для 2014-2013 г.р.

1. Вращение обруча в боковой плоскости назад правой и левой рукой
2. Вращение обруча в лицевой плоскости правой и левой рукой
3. Вращение обруча над головой правой и левой рукой
4. Вращение обруча вокруг его оси между пальцами правой и левой рукой
5. Обратный кат обручем правой и левой рукой
6. Равновесие в пассе на полупальце (мин 3 счета)
7. Равновесие с ногой в сторону в шпагат (мин 3 счета)
8. Поворот в пассе
9. Прыжок подбивной с отталкиванием двумя ногами («касаясь» с наскоком)
10. Прыжок «чупа-чупс»
11. Поворот в шпагат с помощью руки, без прерываний с наклоном вперед (колбаса)
12. Переворот вперед

Нормативы для 2012-2011 г.р.

1. Вращение кисти вокруг мяча (обволакивание) правой и левой рукой
2. Восьмерка мячом правой и левой рукой
3. Перекат мяча по рукам и груди из правой руки в левую и обратно
4. Перекат мяча по двум рукам за спину и обратно
5. Отбив мяча коленом об пол правой и левой ногой
6. Мастерство с мячом (одно на выбор). +1 балл за мастерство стоимостью 0,3
7. Равновесие в шпагат с ногой в сторону
8. Равновесие в кольцо
9. Поворот в аттитюд
10. Прыжок подбивной с отталкиванием двумя ногами в кольцо («касась в кольцо» с наскоком)
11. Переворот вперед на одну ногу
12. Колесо в пол (любым способом)

Нормативы для 2010-2009 г.р

1. 5 двойных прыжков со скакалкой с прямыми ногами
2. Мастерство со скакалкой (одно на выбор). +1 балл за мастерство стоимостью 0,3
3. Перекат обруча мин. через 2 большие части тела (один на выбор) правой и левой рукой
4. Мастерство с обручем (одно на выбор). +1 балл за мастерство стоимостью 0,3
5. Восьмерка правой и левой рукой в прямом направлении и в обратном
6. Мастерство с мячом (одно на выбор). +1 балл за мастерство стоимостью 0,3
7. Поворот в аттитюд
8. Равновесие в затяжку с прямой ногой
9. Прыжок подбивной с прогибом к прямой ноге с отталкиванием двумя ногами («касась с прогибом» с наскоком)
10. Равновесие одно на выбор, выполненое без помощи рук (пример: кольцо, впред, в сторону и тд.)
11. Переворот назад
12. «Бочка»

Приложение 2. Форма заявки на участие в турнире.

Фамилия, имя гимнастки	Год рождения	Город	Спортивная организация	ФИО тренера, телефон	ФИО судьи, телефон, категория	Телефон и e-mail представителя гимнастки