

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник Управления развития
социальной сферы префектуры
ЮАО г. Москвы
И.В. Сергеева
«_____» _____ 2020г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
ГБУ «ЦФКиС ЮАО г. Москвы»
Москомспорта
Т.Е. Ломакина
«_____» _____ 2020г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении Первенства ЮАО г. Москвы
по спортивной аэробике
(Реестр № 46358)

1. Цели и задачи.

- Популяризация спортивной аэробики в ЮАО.
- Повышение мастерства спортсменов.
- Выполнение квалификационных нормативов.
- Выявление сильнейших спортсменов для участия в Первенстве Москвы по спортивной аэробике.
- Выявление сильнейших районов округа.
- Обмен опытом и повышение квалификации тренеров, судей и специалистов по спортивной аэробике.

2. Руководство соревнованиями.

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет ГБУ «ЦФКиС ЮАО г. Москвы» Москомспорта.

Ответственность за проведение соревнований возлагается на главного судью соревнований: Булдакову Елену Владимировну и судейскую коллегию.

3. Сроки и место проведения.

Дата проведения: 16 февраля 2020 года.

Место проведения: ул. Борисовские пруды, д. 20, корп. За. (ФОК «Братеево»)

Время проведения: 10.00-16.00

Начало соревнований по спортивной аэробике в 10.00.

Допуск к соревнованиям и регистрация участников с 9.00 до 9.45.

Предварительные заявки на участие по установленной форме отправляются на эл. почту: buldakova.ev@mail.ru не позднее 9 февраля.

Музыкальные фонограммы для выступлений высылаются на эл. почту trenervika@mail.ru

до 9 февраля с обязательным указанием информации к файлу: возрастная категория, номинация, фамилия и имя спортсмена (ов), ФИО тренера.

медицинским допуском к соревнованиям. Медицинский допуск должен быть подтвержден печатью медучреждения, подписью и печатью врача;

- оригинал свидетельства о рождении или паспорта участника;
- классификационные книжки спортсменов (если таковые есть);
- копия полиса обязательного медицинского страхования;
- при себе иметь музыкальную фонограмму выступления на USB FLASH (флэшке).

Оригиналы свидетельства о рождении, паспорта и медицинского полиса страхования, должны находиться у спортсменов в день проведения соревнований.

При отсутствии данных документов спортсмены к соревнованиям не будут допущены.

4. Участники соревнований и условия проведения.

Участники соревнований:

К соревнованиям допускаются сборные команды районов Южного округа, а также спортсмены других округов Москвы (по приглашению).

Соревнования проводятся в следующих номинациях:

- Одиночные выступления девочки
- Одиночные выступления мальчики
- Смешанные пары
- Тройки в любом составе
- Группа 5 чел.

Возрастные группы: **2015 – 2016 г.р. (4-5 лет)**
2012 – 2014 г.р. (6-8 лет)
2009 – 2011 г.р. (9-11 лет)
2006 – 2008 г.р. (12-14 лет)
2003 – 2005 г.р. (15-17 лет)

Возраст спортсменов определяется по году рождения.

Условия проведения и регламент соревнований:

Соревнования проводятся по **правилам FIG 2017-2020 г. (с дополнениями для возрастных категорий).**

Правила для возрастных групп 4-5, 6-8 и 9-11 лет в **Приложении 1**

Одежда:

Участники соревнований должны иметь чистый, аккуратный, подтянутый вид. Волосы убраны и уложены.

Девочки выступают в цельном купальнике и колготах телесного цвета. Купальник не должен иметь открытых вырезанных частей ни спереди, ни сзади. Вырезы для ног не должны проходить выше талии и наружный шов должен проходить по гребню подвздошной кости. Разрешены купальники без рукавов, а также с короткими и длинными рукавами. Для девочек до 12 лет допускаются облегающие шорты.

Мальчики выступают в коротком комбинезоне или в спортивной майке и прилегающих шортах. Рукава для комбинезона или короткие или отсутствуют.

Спортсмены должны иметь обувь белого цвета, предназначенную для занятий аэробикой и белые спортивные носки.

5. Заявки.

Форма заявки на участие.

ЗАЯВКА
на участие в Первенстве ЮАО г. Москвы по спортивной аэробике
от команды _____

Возрастная группа _____

№	Фамилия, Имя	Номинация	Разряд	Возраст	Паспортные данные	Адрес	Тренер	Виза врача

Врач _____

Тренер _____

Руководитель учреждения _____

М.П.

6. Награждение.

Команды, занявшие 1,2,3 места награждаются кубками. Победители и призёры соревнований в каждом виде соревнований и в каждой возрастной группе награждаются медалями и дипломами.

7. Финансирование соревнований.

Расходы, связанные с приобретением наградного материала, питанием судейской коллегии и обслуживающего персонала, несёт ГБУ «ЦФКиС ЮАО г. Москвы» Москомспорта.

8. Этикет.

Каждый участник соревнований должен строго соблюдать пункты Правил соревнований. В местах проведения соревнований запрещается курение, употребление спиртных напитков, сквернословие и агрессивное поведение.

Вход на разминочную и соревновательную площадку без сменной обуви запрещен.

Состав команды: представитель - 1, судья -1, тренер-2.

Положение составила:

Положение проверила:



Булдакова Е.В.

Одиноченко М.И.

**АЭРОБНАЯ ГИМНАСТИКА ФИЖ - ПРОГРАММА ДЛЯ СОРЕВНОВАНИЙ 2017-2020
ДЛЯ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП**

Правила 6-8 лет действуют с 1 марта 2019 года.

Соревнования	Для национального развития	Для национального развития	Для национального развития
ВОЗРАСТ	4-5 лет в год соревнований	6-8 лет в год соревнований	9-11 лет в год соревнований
ВИДЫ СОРЕВНОВАНИЙ	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР	ИМ, ИЖ, СП, ТР, ГР, АД
ЗАПРЕЩЕНИЯ	Не выполнять: - отжимание в упоре лежа на 1 руке (1 armpushup) – упор на 1 руке (1 armsupport)	Не выполнять: - отжимание в упоре лежа на 1 руке (1 armpushup) – упор на 1 руке (1 armsupport)	Не выполнять: - отжимание в упоре лежа на 1 руке (1 armpushup) – упор на 1 руке (1 armsupport)
ДЛИТЕЛЬНОСТЬ МУЗЫКИ	1 мин (+/- 5 с – 1 мин 15 сек (+/- 5 с)	1 мин 15 сек (+/- 5 с)	1 мин 15сек (+/- 5 с)
РАЗРЕШЕННЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ, ЦЕННОСТЬ	5 - 6 максимум (на полу – без ограничений) 0.1-0.4 (1 элемент 0,5 балла необязательно), элементы выполняются без комбинаций Прыжки «оф аксис» не разрешены.	6 максимум (4 на полу) 0.1-0.4 (1 элемент 0,5 балла необязательно), элементы выполняются без комбинаций Прыжки «оф аксис» не разрешены.	6 максимум (4 на полу) 0.1-0.4 (1 элемент 0,5 балла необязательно), элементы выполняются без комбинаций Прыжки «оф аксис» не разрешены.
АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ	2 элемента от А-1 до А-3 (не обязательно)	2 элемента от А-1 до А-3 (не обязательно)	2 элемента от А-1 до А-3 (не обязательно)
СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА	7 X 7 : ИНД – СП – ТР 10 X 10 : ГР	7 X 7 : ИНД – СП – ТР 10 X 10 : ГР	7 X 7: ИНД – СП – ТР 10 X 10 : ГР
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ (должны выполняться без комбинаций)	Обязательные элементы отсутствуют, выбор элементов свободный, в соответствии с таблицей сложности. Закрытие групп А, В, С, D – не требуется. Пример: 2 элемента из группы В, 3 элемента из группы А.	А) Отжимание в упоре лежа (pu) В) Упор углом ноги врозь (StraddleSupport) С) Прыжок в повороте 360 (AirTurn) D) Вертикальный шпагат (VerticalSplit)	А) Отжимание в упоре лежа (pu) В) Упор углом ноги врозь (StraddleSupport) С) Прыжок в повороте 360 (AirTurn) D) Вертикальный шпагат (VerticalSplit)
ПРИЗЕМЛЕНИЕ В УПОР ЛЕЖА, ШПАГАТ	Максимум 1 прыжок с приземлением в ШПАГАТ.	Максимум 1 прыжок с приземлением в ШПАГАТ.	Максимум 1 прыжок с приземлением в ШПАГАТ.
ПИРАМИДА	0	0	0

ОДЕЖДА	Правила соревнований ФИЖ (без макияжа) Колготки необязательно, шорты, облегаяющие тело разрешены (мальчикам и девочкам)	Правила соревнований ФИЖ (без макияжа) Колготки необязательно, шорты, облегаяющие тело разрешены (мальчикам и девочкам)	Правила соревнований ФИЖ (без макияжа) Колготки необязательно, шорты, облегаяющие тело разрешены (мальчикам и девочкам)
Танцевальная гимнастика, гимнастическая платформа			Состав команд 6-8 человек, 1 мин 20 сек (+/- 5 с)