

«Утверждаю»
Директор АНОДО «Международная
Академия спорта Ирины Винер»,
член Исполкома Всероссийской федерации
художественной гимнастики



О.Д. Цыганкова

« 11 » 10/2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении онлайн соревнования
"Турнир на призы Академии Ирины Винер"

г. Москва, 2020

Определения:

онлайн соревнование - это оценка физической и спортивной подготовки участников и выявление лучших на основании состязательного процесса в режиме выступления участников в условиях удаленного доступа с использованием IT технологий;

платформа ZOOM Конференции - облачная платформа для проведения онлайн мероприятий;

FIG- сокращ.название на английском языке Международной федерации гимнастики, развивающей гимнастические виды спорта. Старейшая спортивная федерация мира;

гимнасты - участники онлайн соревнования, обучающиеся детских спортивных школ, воспитанники дополнительного образования по видам спорта: художественная гимнастика (женская), художественная гимнастика (мужская), спортивная гимнастика и иные виды гимнастики;

заявка на участие гимнаста - онлайн заявка, оформленная на сайте www.academyviner.com. Заявку может формироваться как при участии тренера, так и самостоятельно гимнастом.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Онлайн соревнование "**Турнир на призы Академии Ирины Винер**" (далее **Турнир**) проводится с целью развития и популяризации общей гимнастики для гармоничного развития личности, а также женской и мужской художественной гимнастики.

Основные задачи Турнира:

- гармоничное развитие, укрепление здоровья и формирование здоровых привычек;
- повышение уровня спортивного мастерства гимнастов и приобретение ими соревновательного опыта;
- укрепление дружественных спортивных связей;
- выявление сильнейших спортсменов.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Турнир проводится **25-26 июня 2020 года** в режиме онлайн выступлений гимнастов в соответствии со стартовыми протоколами на платформа ZOOM Конференции (далее, ZOOM). Адрес ZOOM будет направлен участникам на указанную в заявке на участие электронную почту.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ

Общий контроль за организацией и проведением Турнира осуществляет АНОДО «Международная Академия спорта Ирины Винер».

Непосредственное проведение Турнира возлагается на главную судейскую коллегию.

Главный судья – Свирина Анна, судья международной категории FIG.

Судейство гимнастов по виду спорта мужская художественная гимнастика (иные виды гимнастики для мальчиков) проводится под руководством чемпиона Мира по мужской художественной гимнастике **Александра Буклова, мастера спорта международного класса по спортивной гимнастике.**

Директор Турнира - Мария Сергеевна Тарасова, заместитель директора АНОДО "Международная Академия спорта Ирины Винер"

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К Турниру допускаются гимнасты **2016, 2015, 2014, 2013, 2012, 2011, 2010, 2009 г.р. и старше**, указанные в стартовом протоколе на основе поданных электронных заявок на сайте <http://academyviner.com/> и обеспечивающие необходимые требования, указанные в настоящем Положении.

Последний срок подачи заявок - 21.06.2020 года до 21:00.

Организаторы оставляют за собой право досрочно закончить прием заявок.

Время выступлений определяется стартовым протоколом.

Участие гимнастов только в соревновательной форме.

V. ТРЕБОВАНИЯ К МЕСТУ ВЫСТУПЛЕНИЯ ГИМНАСТОВ, ТЕХНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ И РЕГИСТРАЦИЯ

Помещение для выступления должно позволять продемонстрировать комбинацию упражнений в рамках доступности изображения для судей на камере.

Помещение не должно иметь посторонних предметов, который могут нарушить технику безопасности при выполнении упражнения. Соблюдение безопасности выполнения комбинации упражнений возлагается на гимнастов и родителей.

Технические требования:

- наличие передающего устройства, подключенного к сети Интернет (планшет, телефон, смартфон, компьютер и т.д.), с наличием видео камеры и микрофона;

- коврик для занятий гимнастикой или ковер.

Регистрация в ZOOM:

Регистрация гимнастов в ZOOM для участия в Турнире проводится в приложении ZOOM <https://zoom.us/>. При регистрации необходимо указать свой адрес электронной почты.

При регистрации для идентификации каждого участника Турнира в личном кабинете необходимо указать фамилию, имя гимнаста без сокращения и год рождения. Идентификационный номер и пароль для входа в онлайн Турнир на ZOOM, а также стартовый протокол будет направлен каждому гимнасту-участнику Турнира на электронную почту, указанную в заявке.

VI. ПРОГРАММА НОРМАТИВОВ. ОЦЕНКА ВЫСТУПЛЕНИЙ

Программа нормативов составлена на основе «Учебно-тренировочных программ для детско-юношеских спортивных школ, специализированных спортивных школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства» и утверждена главным судьей соревнований Свириной Анной Викторовной.

Нормативы содержат необходимые разделы, отвечающие современным требованиям на этапах многолетней спортивной подготовки, и являются наиболее приемлемыми для условий их выполнения в режиме ограниченного пространства:

- ТЕЛОСЛОЖЕНИЕ (фактура);
- ГИБКОСТЬ (подвижность тазобедренных суставов, позвоночного столба и др.);
- МЫШЕЧНАЯ СИЛА (сила мышц пресса, спины, ног, рук);
- КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ;
- ВЕСТИБУЛЯРНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ (статическое равновесие);
- СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ СПОСОБНОСТИ ВЫНОСЛИВОСТЬ.

Оценка выступления.

Каждый элемент и его исполнение оценивается судейской бригадой по 5 бальной системе, с шагом 0,1. Оценки судей суммируются и вычисляется средний бал, который является итоговой оценкой, выставляемой в протокол Турнира.

Нормативы ОФП для девочек по возрастным категориям:

2016-2014 г.р

- Основная стойка на полупальцах руки в сторону (10 сек)
- Наклон туловища вперед «Тутти»
- Бабочка с наклоном вперед
- Угол
- Мост из положения лежа
- Лягушка на животе
- Коробочка

- Берёзка
- Рыбка
- Равновесие Пассе
- С 2014 г.р. шпагаты (правая, левая, поперечный)

2013-2012 г.р.

- Основная стойка на полупальцах руки в сторону (10 сек)
- Складочка стоя ноги вместе
- Ноги на ширине плеч, наклон назад фиксация 10 сек
- Ноги вместе, руки вытянуты вперед фиксация 10 сек «уголок»
- Поворот на «Пассе»
- Шпагаты с возвышенности (правая, левая, поперечный)
- Мост на коленях
- Лежа на животе, прогнуться назад «Киска»
- Лежа на спине, разножки в сторону (8 раз)
- Махи: Лежа на спине/на боку/на животе по 8 раз
- Коробочка
- Лягушка на животе с наклоном назад
- Равновесие арабеск назад правая/левая нога
- Боковое равновесие правая/левая нога
- Колесо (переворот боком)
- Прыжки в скакалку (вращение вперед) 10 прыжков
- Прыжки в скакалку (вращение назад) 10 прыжков
- Прокручивание рук со скакалкой (скакалка сложена в 4)

2011-2010 г.р.

- Боковое равновесие правая/лева нога на релеве (фиксация положения 3 счета)
- Равновесие «Кольцо с помощью» на релеве правая/левая нога (фиксация положения 3 счета)
- Равновесие «Планше» на полной стопе правая/левая нога (фиксация положения 3 счета)
- Ноги на ширине плеч, наклон назад с захватом щиколоток (фиксация положения 10 счетов)
- Лежа на животе, руки открыты в стороны, удержание спины (фиксация положения 10 счетов)

- Стойка на груди (10 счетов) + «Крабик» (фиксация положения 10 счетов)
- Коробочка
- Шпагаты с повышения правая/левая нога с наклоном туловища назад
- Лежа на спине, разножки в сторону 8 раз
- Махи: Лежа на спине/на боку/на животе по 8 раз
- Лежа на спине «затяжки» правой/левой ногой
- Лежа на животе «затяжки» правой/левой ногой
- Угол (фиксация положения 8 счетов)
- Прыжки с двойным вращением скакалки (10 раз)
- Прыжки группировка скакалка сложена в 2 (10 раз)
- Переводы со скакалкой (скакалка сложена в 4)

2009 г.р. и старше

- Боковое равновесие правая/левая нога на релеве (фиксация положения 3 счета)
- Равновесие «планше» правая/левая нога на релеве (фиксация положения 3 счета)
- Равновесие «затяжка назад с прямой ногой» правая/левая нога (фиксация положения 3 счета)
 - Поворот в шпагат с помощью руки с наклоном назад 360
 - Ноги на ширине плеч, наклон назад с захватом щиколотки фиксация 10 сек
- Шпагаты в провис по 1 минуты правая/левая/прямой
- Стойка на груди 10 сек + «Крабик» фиксация 10 сек
- Лежа на животе, кольцо двумя ногами 10 раз + захват ног и удержание
- Угол (фиксация положения 10 секунд)
- Лежа на спине «затяжки» правой/левой ногой
- Лежа на животе «затяжки» правой/левой ногой
- Махи: Лежа на спине/на боку/на животе по 8 раз
- Перевороты вперед правая/левая нога
- Перевороты назад правая/левая нога
- С 2008 Переворот вперед равновесие «заднее» на полной стопе (фиксация положения 3 счета)
 - Прыжки с двойным вращением скакалки (2006 и старше не менее 50 прыжков)
 - Прыжки группировка скакалка сложена в двое вращение вперед (2006 и старше не менее 30 прыжков)

- Прыжки группировка скакалка сложена в двое вращение назад (2006 и старше не менее 30 прыжков)

Нормативы ОФП для мальчиков по возрастным категориям:

2012 г.р и младше

- Фиксация равновесия назад «ласточка» на полной стопе
- Кувырок вперед («Колобок» вперед)
- «Мост» (фиксация положения)
- Берёзка с помощью рук
- Упор присев (выпрыгивание вверх) 3 раза
- Отжимания (5 раз)
- «Лодочка» на животе с фиксацией в 3 сек
- Боковой шпагат (фиксация положения)
- Упор присев (выпрыгивание вверх)

Закончить упражнение – Финальная точка

2011-2010 г.р.

- Фиксация равновесия назад «ласточка» на полной стопе
- Кувырок вперед («Колобок» вперед)
- Кувырок назад («Колобок» назад)
- Березка без помощи рук (фиксация положения)
- «Мост» (фиксация положения)
- Наклон туловища вперед «Тутти» (фиксация положения)
- «Боковой шпагат» (фиксация положения)
- «Лодочка» на животе с фиксацией в 3 сек
- Отжимания (5 раз)
- Стойка на руках в группировке (ноги на весу)
- «Колесо» (переворот боком)

Закончить упражнение – Финальная точка

2009-2008 г.р.

- Фиксация равновесия назад «ласточка» на полной стопе
- Кувырок вперед («Колобок» вперед)
- Кувырок назад («Колобок» назад)
- Стойка на голове ноги вверх (фиксация положения)

- Упор присев, «планка» с переходом в стойку на руках «угол» ноги на весу
- 10 поднимай рук и ног в положение «угол»
- Разворот на 180 градусов из положения лежа на спине в положение лежа на живот
- Отжимания 10 раз
- Боковой шпагат (фиксация положения)
- Подъем с пола через руки с прямыми ногами
- «Колесо» (переворот боком)
- «Колесо» (переворот боком на две ноги) «рондат»
- Переворот вперед через упор на голову, на две ноги
- Боковое равновесие на полной стопе (фиксация положения)

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Гимнасты, занявшие 1 - 3 место в каждой возрастной группе, награждаются:

- дипломом (в электронном виде);
- медалью;
- призом.

Все участники Турнира награждаются дипломом за участие (в электронном виде).

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Стартовый взнос на участие в Турнире составляет 1500,00 рублей

Оплата производится по квитанции на расчетный счет, указанный в Приложении 1.

IX. КОНТАКТЫ

Заявки подаются на сайте: <http://academyviner.com/>.

Контактный телефон:

+7(495)211-28-39,

+7-916-981-95-56.

Настоящее положение является официальным приглашением.