

ЗАТВЕРДЖЕНО

наказ комунального закладу
«Центр туристсько-краєзнавчої
творчості учнівської молоді»
Херсонської обласної ради
від 19 жовтня 2023 року № 17

Умови

**Відкритих, дистанційних, особисто-командних спортивних змагань
серед вихованців гуртків Центру
«Народжені вільними - станьмо сильними!»
до Дня звільнення правобережжя Херсонщини від російських окупантів**

I. Загальні положення

1.1. Відкриті, дистанційні, особисто-командні спортивні змагання серед вихованців гуртків Центру «Народжені вільними - станьмо сильними!» до Дня звільнення правобережжя Херсонщини від російських окупантів (далі – Змагання) проводяться з метою:

- активізації національно-патріотичного виховання молоді;
- вшанування пам'яті захисників і захисниць України;
- підвищення рівня фізичної та морально-психологічної підготовки молоді до протидії стрес-факторам викликаних бойовими діями;
- єднання учнівської молоді довкола спільного(командного) продукту в умовах відірваності від домівок та дистанційного(індивідуального) навчання;
- визначення кращих результатів фізичної підготовки.

1.2. Загальне керівництво підготовкою та проведенням Змагання здійснює комунальний заклад «Центр туристсько-краєзнавчої творчості учнівської молоді» Херсонської обласної ради (далі – Центр).

1.3. Безпосередня організація та проведення Змагання покладається на військово-патріотичний відділ Центру та Головну суддівську колегію, склад якої затверджується наказом Центру.

II. Місце та час проведення

2.1. Змагання проводяться з 15 по 19 листопада 2023 року, в дистанційній формі, шляхом оцінювання виконання вправ та результатів учасників (зафіксованих у відеореєстрі).

2.2. Інформування команд стосовно проходження суддівства вестиметься у менеджері Viber у окремо створеній групі змагань з 15 по 19 листопада 2023 року та на сайті Центру.

2.3. Підведення підсумків і визначення переможців та нагородження буде здійснюватися онлайн під час відео-конференції 19 листопада 2023 року о 16.00 за покликанням яке буде розміщене на сайті Центру та у групі учасників Змагань у менеджері Viber.

Контактні телефони: (050) 93-37-987
Юзвак Максим Андрійович, завідувач військово-патріотичного відділу
Центру.

III. Учасники Змагань

3.1. У Змаганні беруть участь команди гуртків Центру та закладів освіти Херсонської області(за бажанням) у трьох вікових групах:

- **Молодша група: 1-5 класи;**
- **Середня група: 6-8 класи;**
- **Старша група: 9-11 класи.**

3.2. Склад команди **6 чоловік однієї вікової групи**, з яких не менше **1-ї особи** протилежної статі.

3.3. Усі учасники команди виконують вправи у спортивній формі одягу.

IV Умови участі команд

4.1. Керівник команди до **13 листопада** подає на електронну адресу Центру (**obl_turism@ukr.net**) :

- іменну заявку на участь команди у Змаганні (Додаток 1);
- відео виконання вправ учасниками команди, які беруть участь у змаганні.

4.2. Рішення про допуск команд до змагань приймає мандатна комісія у складі:

- директора Центру;
- головного судді змагань;
- головного секретаря змагань;
- одного судді з виду;
- апеляційного судді Змагань.

4.3. Підсумкове засідання мандатної комісії про допуск команд до змагань (відкриття змагань) відбудеться о 16.00 (за Київським часом) 15 листопада 2023 року.

4.4. Кожен учасник команди повинен взяти участь **бодай в одному виді** змагань відповідно до вікових груп.

4.5. На кожен вид Змагань команда надсилає виступи(відповідно до вікової групи), **2 кращі** виступи учасників однієї команди з виду, братимуть участь у командному заліку з виду.

4.6. Для участі у змаганні кожен з учасників команди:

- вибирає вправу(вправи) у якій від команди покаже кращий результат;
- робить відеозапис виконання вправи.

4.7. Вітання з суддями, представлення себе, як учасника команди, процес виконання вправ, фіксування результатів здійснюється без переривання та редагування(склейка відеорядів, пришвидшення, затримка чи сповільнення відео) відео.

4.8. У випадку подання заявки на участь від команди із не дотримання вимог щодо статі, кількості, віку учасників тощо рішення про допуск із обмеженнями приймає мандатна комісія.

У випадку недотримання умов команда може бути недопущена до участі, допущена із обмеженнями, або дискваліфікована у випадку виявлення фальсифікацій відео виконання вправ, результатів на будь якому етапі змагань.

V. Умови проведення Змагань

5.1. Кожен учасник команди записує відео виконання обраної ним вправи для участі у Змаганнях.

5.2. Перед початком виконання вправи учасник вітається із суддями, називає:

- своє ім'я, прізвище;
- заклад освіти у якому навчається;
- назву гуртка,
- творчу назву команди, девіз команди (за бажанням)
- вправу, яку буде виконувати;

голосно і чітко.

5.3. Виконання вправи повинно бути знято на відео з **дотриманням умов** до кожного виду вправ.

5.4. Команда повинна виконати всі види вправ, які відповідають зазначеній віковій групі.

5.5. Після завершення роботи мандатної комісії розпочинається суддівство кожного виду, кожної вікової групи.

5.6. Після завершення суддівства виду, публікуються «Попередні результати», у Viber групі , на сайті Центру, на сторінці Центру у соціальній мережі Фейсбук. Затверджуються «Попередні результати» через 3 години після публікації.

5.7. Якщо у учасника, або його представника виникають питання стосовно оцінки виконання вправ, зайнятого місця учасником чи командою, представники звертаються до головного судді у порядку зазначеному у Розділі VIII та Додатку 2 цих Умов.

VI. Програма Змагань

6.1. До групового етапу Турніру включені такі види змагань:

- **Молодша група (1-5 класи):**

1. Планка.
2. Стрибок в довжину з місця.
3. Підйом тулуба.

- **Середня група (6-8 класи)**

1. Стрибок в довжину з місця.
2. Підйом тулуба.
3. Згинання-розгинання рук в упорі лежачи.

- **Старша група (9-11 класи)**

1. Підтягування.
2. Підйом тулуба.
3. Згинання-розгинання рук в упорі лежачи.

6.2. У межах кожного виду окремо ведуться **командні(парні) результати** та **результати серед юнаків і дівчат(окремо)** з виду. У разі якщо у виді протилежна стать представлена менше 3 осіб, залік юнаки/дівчата не здійснюється, а ведеться один особистий залік.

VII. Умови проведення та оцінювання видів змагань

7.1. Планка

Вправа виконується на підлозі, дерев'яному покритті в **обов'язковій наявності годинника (стрілкового годинника із секундною стрілкою) або секундоміра на передньому плані**. Виконання вправи розпочинається в положенні лежачи обличчям донизу, упираючись передпліччями і пальцями ніг у підлогу.



Фото 1

Лікті знаходяться прямо під плечами, а передпліччя спрямовані вперед. Голова розслаблена і дивиться в підлогу.

Засікається кількість часу правильного виконання вправи.

Відео знімається збоку, під кутом, в повний зріст.

7.2. Стрибок у довжину з місця

Вправа виконується на підлозі, дерев'яному покритті, асфальті, твердому ґрунтовому покритті поруч з рулеткою в **сантиметрах** з трьох спроб, в залік найкраща.



Фото 2

Під час приземленні крейдою відмічається місце приземлення. Місцем відмітки є задня крайня точка п'ятки учасника(тієї п'ятки яка знаходиться ближче до лінії старту стрибка).

Дається три індивідуальні спроби, в залік іде одна краща.

Фіксація результату від місця приземлення до цифрової відмітки рулетки здійснюється **лінійкою**.

Запис на відео здійснюється спереду-збоку, повинно бути видно відштовхування та приземлення.

Процес виконання стрибка, відмітки місця приземлення, фіксування результату здійснюється без переривання відео.

Допускається стороння допомога у: процесі відеофіксації виконання вправи, відмітки приземлення учасника.

7.3. Підйом тулуба

Вправа виконується на довільно застеленій підлозі, дерев'яному покритті, гімнастичному(туристському) килимку в **обов'язковій наявності годинника (стрілкового годинника із секундною стрілкою) або секундоміра на передньому плані**.

Виконується із положення лежачи на спині, ноги зігнуті в колінах під кутом 90 градусів, кисті рук на печках, лікті притиснуті до грудей навхрест, стопи утримуються партнером або закріплені.



Фото 3

Вправа виконується за 1 хв. на кількість разів з доторканням до колін ліктями.

Запис на відео здійснюється збоку на повний зріст.

7.4. Згинання-розгинання рук в упорі лежачи

Вправа виконується на підлозі, дерев'яному покритті, асфальті тощо в **обов'язковій наявності годинника (стрілкового годинника із секундною стрілкою) або секундоміра на передньому плані.**

Вправа виконується з вихідного положення — упор лежачи руки прямі на ширині плеч, кистями вперед — тулуб та ноги утворюють пряму лінію, носки (пальці стопи) впираються в підлогу (без опори).

Відтискання здійснюється шляхом згинання рук в ліктях, **опустивши при цьому тіло до паралелі з підлогою**, після чого, напружуючи тіло, учасник розгинає руки та повертається у вихідне положення.

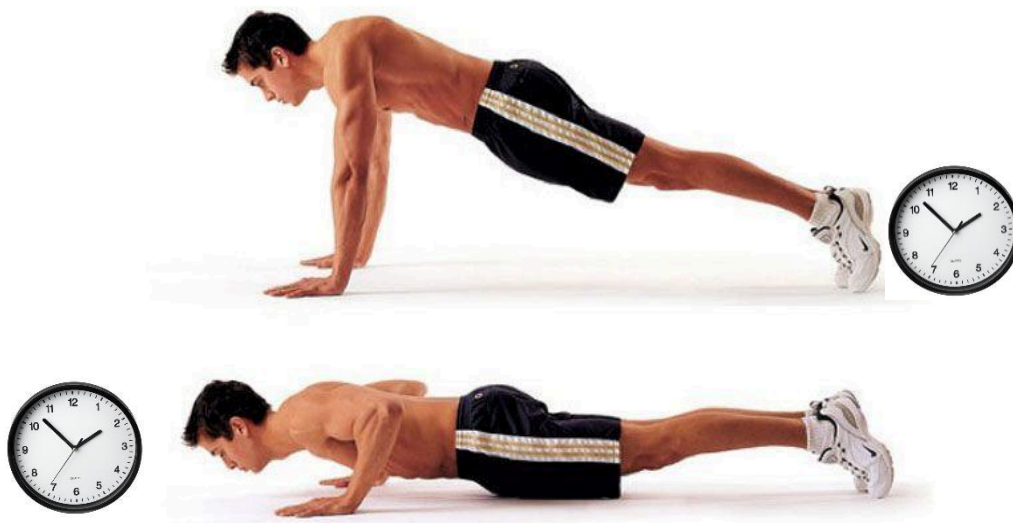


Фото 4-5

Не дозволяється: торкатися підлоги стегнами (колінами), змінювати пряме положення тулуба, не відпочивати більше як 5 сек., розгинати руки почергово.

Запис на відео здійснюється з боку на повний зріст.

Час виконання 1 хв. Підрахунок ведеться кількості вірно зроблених відтискань за 1 хвилину.

7.5. Підтягування на поперечині.

Вправа виконується з вихідного положення — вис хватом зверху обома руками, не торкаючись підлоги (землі) ногами. Вправа вважається виконаною при пересіканні підборіддям грифа поперечини(фото 6), фіксації положення 1 секунда та повернення в вихідне положення.



Фото 6

Не дозволяється починати підтягування з розмахування та розкачування, відпочивати в положенні виса більше як 4 сек.

Час на виконання вправи не обмежений.

Запис на відео здійснюється спереду на повний зріст.

VIII. Порядок інформування та оскарження результатів(Апеляція)

8.1. Кожен учасник і представник має право ознайомитись із рішенням судді(суддівської колегії), щодо оцінки виконання вправ, зайнятого особистого чи командного місця.

8.2. Місця, публікації результатів, вказані у Розділі V цих Умов.

8.3. Відповідальність за своєчасне інформування учасників команди їх результатів, покладається на керівника(представника), зазначеного у заявці команди та доданого у групу у месенджері Viber, з моменту публікації у месенджері.

8.4. У випадку незгоди(не розумінням) із рішенням судді присвоєного учаснику результату, можливої неточності чи технічної помилки, керівник команди(представник) звертається до **головного судді** зі запитом на роз'яснення позиції судді, суддівської колегії у месенджері Viber де чітко зазначає проблемне питання. За потреби і можливості зв'язується телефонним дзвінком і толерантно та детально пояснює звернення.

8.5. Головний суддя, в залежності від характеру звернення керівника, зобов'язаний відреагувати на звернення керівника команди(представника), з'ясувати всі обставини піднятого питання, можливі технічні помилки у протоколах, довести до судді з виду суть піднятого питання(за необхідності), вияснити обставини прийнятого суддею рішення та впродовж 1 години дати відповідь керівнику команди.

8.6. Не приймаються апеляції на методику оцінювання виконання вправ, якщо робота суддів проведена вчасно якісно та неупереджено, оскільки суддя однаково оцінює(за одним методологічним критерієм) усіх учасників, які змагаються у цьому виді.

IX Підведення підсумків Змагань

9.1. Результат участі команд у групах «Молодша група», «Середня група», «Старша група», визначається **за меншою сумою місць**, набраних командою під час виступу у окремих видах у своїй групі.

9.2. У разі, якщо дві або більше команд наберуть **однакову суму місць**, перевага надається команді,

. У разі рівності показників, перевага надається команді, яка зайняла вище місце:

- у **Молодшій групі**: «Підйом тулуба»;
- у **Середній групі**: «Згинання-розгинання рук в упорі лежачи».
- у **Старшій групі**: «Підтягування на перекладині».

При рівності всіх показників, місця визначаються у результаті жеребкування.

9.3. Результати участі команди у видах, своєї вікової групи, визначається за більшою сумою результатів(відтискань, підйомів, відстані, підтягувань, часу виконання) учасників команди.

9.4. У кожному виді ведеться індивідуальний залік результатів(юнаки/дівчата). У разі якщо у виді протилежна стать представлена менше 3 осіб, залік юнаки/дівчата не здійснюється, а ведеться один особистий залік.

X. Нагородження

10.1. Команди-переможці усіх груп нагороджуються дипломами Центру.

10.2. Учасники команд-переможців усіх груп нагороджуються дипломами Центру.

10.3 Керівники команд-переможців усіх груп нагороджуються грамотами Центру.

10.4. Переможці та призери в індивідуальному результаті заліку усіх змагань, усіх видів відповідних груп, серед юнаків та дівчат нагороджуються дипломами Центру.

10.5. Команди, які здобули перемогу в окремих видах змагань та конкурсах усіх груп нагороджуються дипломами Центру

Заявка
на участь відкритих, дистанційних, особисто-командних спортивних змагань
серед вихованців гуртків Центру
«Народжені вільними - станьмо сильними!»
до Дня звільнення правобережжя Херсонщини від російських окупантів
від _____

_____ група

№ з/п	Прізвище, ім'я.	Дата народження	Клас	Вид змагань у якому учасник бере участь
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				

Керівник команди

(підпис, ініціали, прізвище)

Контактний телефон керівника команди: _____

Додаток 2

Зразок апеляційної заяви

Відкриті, дистанційні,
особисто-командні спортивні
змагання серед вихованців
гуртків Центру «Народжені
вільними - станьмо сильними!»
до Дня звільнення
правобережжя Херсонщини від
російських окупантів

АПЕЛЯЦІЯ

Група _____

Вид змагань _____

_____ (прізвище, ініціали учасника, щодо якого подається апеляція)

Опис ситуації _____

Було порушено такі пункти(підпункти, абзац тощо) Умов Змагань:

Апеляцію

прийнято

від

_____ (прізвище, ініціали представника команд)

КОЛИ _____

(час прийняття апеляції)

ким прийнято _____

(прізвище, ініціали головного судді змагань)

та _____

(прізвище, ініціали головного секретаря змагань)

«___» _____ 20__ р.

_____ (підпис)