# РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ “ЕДИНАЯ НЕЗАВИСИМАЯ АССОЦИАЦИЯ ПЕДАГОГОВ»

## «АССОЦИАЦИЯ ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении V (юбилейного) городского Фитнес - фестиваля**

**«Солнечный зайчик» среди детей дошкольного возраста образовательных организаций**

**Департамента образования города Москвы**

* 1. **ОБЩИЕПОЛОЖЕНИЯ**

Настоящее положение определяет порядок, условия проведения V (юбилейного) городского Фитнес – фестиваля «Солнечный зайчик» среди детей дошкольного возраста государственных и негосударственных образовательных организаций Департамента образования города Москвы по направлениям: ритмическая гимнастика с предметом, без предмета, классическая аэробика, степ-аэробика, фитбол – гимнастика, восточные единоборства.

**Цель** Фитнес - фестиваля: популяризация фитнес - направлений среди детей дошкольного возраста.

**Задачи** Фитнес - фестиваля:

-Формирование интереса к детскому фитнесу, сознательное отношение к культуре движений;

-Привлечение детей к систематическим занятиям детским фитнесом, активному и здоровому досугу, занятиям спортом;

-Демонстрация опыта работы образовательных организаций в направлении детского фитнеса;

-Повышение профессионализма, расширение круга общения и обмена опытом специалистов по физической культуре.

Заявки на участие вV(юбилейном) городском Фитнес - фестивале подаются **до 16 марта 2019 года** включительно на адрес электронной почты:marinagrisha2005@mail.ruс пометкой «Фитнес -фестиваль».

## МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯФИТНЕС-ФЕСТИВАЛЯ

Фитнес-фестиваль проводится **06 апреля 2019года** на базе Московского центра качества образования

Адрес:Москва,Семеновская площадь,д.4

Начало фестиваля в10.00

Проезд: Метро «Семеновская», далее пешком.

Регистрация участников за 1 час до начала фестиваля.

Организационное совещание с представителями команд **состоится 22 марта 2019 года** в Институте педагогики и психологии образования ГАОУ ВО МГПУ по адресу: Москва, Столярный переулок, д. 16.

 Начало организационного совещания в18.00.

## РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЯ

Общее руководство организацией и проведением Фитнес - фестиваля осуществляет председатель Ассоциации педагогов дошкольного образования города Москвы Шишкина Марина Евгеньевна.

Непосредственное проведение Фитнес - фестиваля возлагается на организационный комитет, возглавляемый Борисовой Мариной Михайловной к.п.н., доцентом департамента педагогики Института педагогики и психологии образования ГАОУ ВО МГПУ.

## IV.ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

**Общие положения**

 4.1.К участию в Фитнес-фестивале допускаются команды образовательных организаций, реализующие программы дошкольного образования.

 4.2.К участию в Фитнес - фестивале допускаются дети от 5 лет, имеющие основную медицинскую группу.

 4.3.Состав команды до 8 человек, независимо от количественного состава девочек и мальчиков.

 4.4.Возглавляет команду специалист по физической культуре (представитель команды)

## Требования к внешнему виду

 4.5. Внешний вид участников должен быть опрятным. Участники должны быть одеты в единую спортивную форму и обувь, не создающую затруднений при выполнении композиции и соответствующую требованиям техники безопасности

4.6.Допускаются:

-спортивные купальники;

-лосины;

-велосипедки и топ;

- спортивные облагающие брюки, шорты, короткие юбки;

-обувь – спортивные или балетные тапочки, чешки;

-кроссовки не допускаются (кроме степ-аэробики).

* 1. Головные уборы не допускаются.
	2. На участниках не должно быть украшений, создающих травмоопасность. 4.9.Длинные волосы должны быть убраны в пучок, хвост или косу.

4.10.Очки должны быть закреплены.

## Порядок выступления

* 1. .Порядок выступлений команд определяется жеребьевкой.
	2. .Команда начинает свое выступление после того, как будет объявлены название и номер образовательной организации, округ.
	3. .Фонограмма записывается на флеш-карту (1 трек на флеш-карте) с указанием номера образовательной организации и направления.
	4. .Все команды и участники должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.
	5. .Перед началом общего выступления участникам предоставляется разминка для ознакомления с площадкой - 1 минута на команду.

## Повторное выступление

* 1. Выступление команды может быть начато повторно в случаях, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;

-неполадки в работе общего оборудования — освещение, задымление помещения и т.п.;

-появление на площадке или в непосредственной близости от зоны выполнения упражнения посторонних предметов, создающих травмоопасную ситуацию.

* 1. При возникновении указанных выше ситуаций, команда должна немедленно прекратить выступление.

## V.ПРОГРАММА ФИТНЕС - ФЕСТИВАЛЯ И РЕГЛАМЕНТ

**Общие положения**

5.1.Программа Фитнес - фестиваля представляет собой командное выполнение композиции по заявленному направлению: ритмическая гимнастика (с предметом, без предмета), классическая аэробика, степ-аэробика, фитбол - гимнастика, восточные единоборства.

5.2.Композиция должна нести спортивно – танцевальную направленность. Иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно без неоправданных пауз. При выполнении композиции команда должна использовать всю площадку.

5.3.Действия команды и отсчет времени начинается с первого движения. Вступление - не более двух музыкальных восьмерок.

5.4.Длительность программы 1 мин 15 сек. – 1 мин.30 сек. (музыкальная фраза должна быть закончена). Темп музыки не менее 120уд/мин.

## Требования к Ритмической гимнастике

## 5.5.Композиция без предмета

5.5.1.В композицию должны быть включены следующие обязательные элементы:

-общеразвивающие упражнения (различные движения рук, ног, наклоны, махи, приседы, подскоки и др.);

-повороты 180, 360, 540 (на выбор);

-прыжковая связка (выполнение различных прыжков, не менее двух, с продвижением или перестроением, исполненная всей командой одновременно или поочередно);

-равновесие: выполняется удержание на одной ноге не менее 3 сек. (возможно движение свободной ногой);

-«партер»: выполнение элементов на полу, исполненное одновременно всей командой или поочередно не более двух музыкальных «восьмерок» за одно опускание. Количество опусканий не более 5.

- допускаются на полу акробатические элементы: «Стойка на лопатках»,

«Березка», «Колечко», «Мост», «Шпагат», «Волна», «Колесо»;

-допускаются пирамиды в начале и в конце программы;

- должно быть не менее 5-ти перестроений (изменений фигуры) .

 **5.6.Запрещено:**

- использование травмоопасных гимнастических элементов (кувырки, стойки и др.).

## .Композиция с предметом

5.7.1.В композицию должны быть включены следующие элементы: (см. требования к композиции без предмета)

5.7.2.Допускается наличие следующих предметов: гимнастические палки, обручи, скакалки, мячи, гимнастические ленты.

5.7.3.Предмет сохраняется у участников до конца выступления. Если используются 2 и более предметов, то участники должны ими поменяться.

## 5.8.Требования к классической аэробике

5.8.1.Композиция включает: базовые шаги, прыжки, повороты с различными движениями рук, обязательная работа в партере и количество таких уходов в партер не менее двух.

5.8.2.Возможны следующие построения участников: квадрат, колонны, шеренги, «галочка», диагональ, круг и др.

5.8.3.Количество перестроений - не менее пяти.

## Требования к степ -аэробике

* + 1. Композиция выполняется на специальной платформе предназначенной для детей дошкольного возраста (запрещено использовать подставку под раковину или другой замещающий предмет).
		2. Подходы к платформе должны выполняться в различных направлениях. (направление движения определяются исходным положением и могут выполняться во всех направлениях: на месте (onplace); на месте с поворотом (в зависимости от движения) (Turn); с продвижением вперед (Walkforward); с продвижением назад (Walkback); по диагонали вперед, назад, с поворотом (Diagonalforward, backturn); по любой прямой. Композиция должна включать упражнения в «партере». Количество опусканий не более5.
		3. Композиция должна включать не менее пяти перестроений.

## Требования к фитбол-гимнастике

* + 1. Композиция выполняется на специальных мячах (фитбол), предназначенных для детей дошкольного возраста.
		2. Упражнения выполняются из разных исходных положений (сидя на мяче, лежа на мяче и на полу, стоя, сидя на полу)
		3. Количество перестроений - не менее пяти.

## .Требования к восточным единоборствам

## 5.11.1 Должны быть включены приемы, характерные для данного вида восточного единоборства

5.11.2.Участники должны быть в единой форме, которую предусматривает данный вид восточного единоборства.

5.11.3.Участникам запрещается во время выступления одевать разного вида украшения (крупные серьги, бижутерия на шеи и на запястье у девочек). 5.11.4.Предъявляются требования к внешнему виду участника (прическа, опрятные костюмы).

## НАГРАЖДЕНИЕ

6.1.Все команды награждаются дипломами за участие в Фитнес – фестивале.

6.2.Специалисты, подготовившие команды награждаются грамотами.

## ЗАЯВКИ

7.1.Допуск команды к участию в Фитнес-фестивале осуществляется на основании следующих документов:

7.1.1.**Заявка** участников Фитнес-фестиваля, заверенная руководителем образовательной организации, специалистом по физической культуре.

Заявка подается по установленной форме (Приложение1) и в печатном виде. 7.1.2.**Копия приказа** образовательной организации на выезд с указанием ответственных лиц за жизнь и здоровье детей.

7.1.3.**Согласие родителей** на участие, доставку к месту проведения Фитнес- фестиваля, фото и видеосъемку детей (Приложение 2).

7.2.Пакет документов подается представителем команды в день проведения Фитнес- фестиваля за 1 час до начала регистрации.

*Председатель Организационного комитета*

*Шишкина Марина Евгеньевна 8 (916)553-97-95*

*Заместитель председателя Организационного комитета*

*Борисова Марина Михайловна 8-916-716-89-18*

Приложение 1

## ЗАЯВКА

на участие команды ГБОУ СОШ №

 район

в V(юбилейном) Фитнес – фестивале среди детей дошкольного возраста образовательных организаций Департамента образования города Москвы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя (полностью) | Дата Рождения(число, месяц, год) | Адрес образовательной организации, телефон |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |

К выступлению допущено человек.

(числом и прописью)

Представитель команды (подпись)

(ФИО полностью, телефон)

Ответственный за жизнь и здоровье детей

(подпись)

Правильность заявки подтверждаю

Руководитель ГБОУСОШ № (ФИО)

( подпись)

(ФИО)

Дата М.П.

Приложение 2

Согласие родителей

Мы, нижеподписавшиеся родители ГБОУСОШ№ ,

Даем согласие на участие, доставку наших детей на V (юбилейный) Фитнес–фестиваль «Солнечный зайчик» , фото и видеосъемку.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | ФИО | Подпись |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

« » 20\_\_г.