

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ ДО «Центр  
детского творчества»  
\_\_\_\_\_ М. В. Дурновцева

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заместитель главы Оханского района,  
начальник управления муниципальными  
учреждениями  
\_\_\_\_\_ Е. В. Винокурова

**П О Л О Ж Е Н И Е****о проведении XII межрайонного Фестиваля по фитнес аэробике**

**Цели и задачи:** Фестиваль проводится с целью популяризации фитнес аэробики как одного из видов массовой физической культуры, пропаганды здорового образа жизни, обмена опытом и сотрудничества.

**Место и время проведения:** Фестиваль проводится 9 апреля 2016 года в г. Оханск в Центре детского творчества Оханского района (ул. Красная, 8)

10.30 часов – регистрация участников

11.00 часов – оргкомитет для представителей команд, жеребьевка

12.00 часов – начало фестиваля

**Руководство проведением фестиваля:** Общее руководство организацией и проведением фестиваля осуществляет Центр детского творчества, Отдел по культуре, спорту и молодежной политике Управления муниципальными учреждениями администрации Оханского муниципального района. Непосредственное проведение возлагается на судейскую коллегия. Главный судья Драчева Надежда Николаевна

**Участники фестиваля:** В фитнес аэробике следующие возрастные категории участников:

- 5 - 6 лет
- 7 – 9 лет
- 10 – 12 лет
- 13 – 15 лет
- 16 – 20 лет
- 21 и старше

Каждый участник имеет право участвовать только в одной команде, в своей возрастной группе.

Командный зачет определяется по наибольшей сумме баллов каждой возрастной категории.

**Программа соревнований:** Площадка 10 м x 10 м (количество участников от 5 до 8 человек).

Продолжительность выступлений для всех возрастных групп:

1.30 минут +/- 5 секунд

Обязательные элементы:

отжимания (боком к судьям, расстояние груди не более 10 см от пола).

махи (боком к судьям, высота стопы не ниже уровня груди).

джеки (лицом к судьям, хороший мышечный контроль, расстояние между стопами не менее ширины плеч).

Не менее одной пирамиды.

Не менее одного опускания в партер

Не менее одного прыжка вверх.

Прыжок с группировкой  
Прыжок на 360 градусов  
Не менее пяти перестроений.  
Не менее одного взаимодействия.

В упражнении должна быть включена музыкальная вставка на 32 счета второго танцевального стиля Salsa, hip-hop, tango, fank, break-danse, street dance и т.д.

**Награждение:** Участники, занявшие I-е места в каждой возрастной группе, награждаются дипломами, медалями, кубками. Участники, занявшие II-е и III-е места в каждой возрастной группе, награждаются медалями и дипломами. Все участники награждаются памятным сувенирами.

**Финансовые расходы:** Расходы по награждению фестиваля несет Управление муниципальными учреждениями администрации Оханского муниципального района. Расходы по подготовке и оформлению зала несет МБОУ ДО «Центр детского творчества». Все расходы по приезду, питанию и проживанию участников несут командирующие организации. **Организационный взнос за участие в фестивале 300 рублей (с команды).**

**Заявки:** Предварительные заявки на участие в фестивале принимаются до 25 марта 2016 года организаторами фестиваля:

Медведева Любовь Александровна тел. (34279) 3-16-08; 89519396400;

Драчева Надежда Николаевна тел. 89028392817

Именные заявки, заверенные врачом, подаются в день регистрации и жеребьевки. Необходимо также сдать при регистрации документ, подтверждающий возраст участника.

**Приложение:** Музыкальное сопровождение строго на дисках CD-R, MP-3, флеш-картах.