

Приложение к положению  
о фестивале «Фитнес-марафон»  
«Мы здоровы! Нам здорово!»  
работников и ветеранов системы  
образования Красноярского края.

**Регламент проведения  
фестиваля «Фитнес-марафон» команд работников образования  
Красноярского края «Мы здоровы! Нам здорово!»  
в 2018 г.**

Фестиваль «Фитнес-марафон» команд работников образования Красноярского края «Мы здоровы! Нам здорово! 2018» (далее Фитнес-марафон) является одним из основных мероприятий Большого Фестиваля Творчества работников системы образования Красноярского края.

Данный регламент задает порядок и правила организации и проведения Фитнес-марафона.

**1. Фитнес-марафон включает в себя:**

- соревновательную площадку для предъявления работниками образования Красноярского края творческого самовыражения в направлениях фитнеса;
- площадку для ознакомления и освоения направлений фитнеса в области здоровьесберегающих технологий;
- переговорную площадку, способствующую развитию и продвижению здоровьесберегающих технологий в системе образования края.

**2. Для организации и проведения Фитнес-марафона краевым государственным бюджетным учреждением «Дом работников просвещения» создаются:**

- краевой оргкомитет;
- спортивно-творческая коллегия.

**3. Сроки и место проведения:**

24-25 марта 2018 года на базе отдыха "Салют" Канского педагогического колледжа, г. Канск, мкрн «Соленое озеро», б/о "Салют".

Вся информация о времени и программе мероприятий «Фитнес-марафона» будет дополнительно размещена на официальном сайте [www.home-teach.ru](http://www.home-teach.ru) в разделе «Большой фестиваль творчества»/«Фитнес-марафон» и направлена информационным письмом в муниципальные Управления образования и образовательные организации.

**4. Номинации Фитнес-марафона:**

- классическая (базовая) аэробика;
- танцевальная аэробика (направления: «Латина», «Хип/хоп», «Афро-джаз», «Зумба», «Belly dance» и другие)

- степ-аэробика;

Номинация считается состоявшейся, если в ней зарегистрировалось не менее трех команд. Команды несостоявшейся номинации могут перейти в другую номинацию по согласованию со спортивно-творческой коллегией.

## **5. Условия участия в мероприятиях Фитнес-марафона «Мы здоровы! Нам здорово! 2018».**

5.1. Для команд участников соревновательной площадки необходимо:

- пройти регистрацию в срок до 15 марта 2018 г., заполнить заявку на сайте Дома работников просвещения [www.home-teach.ru](http://www.home-teach.ru) в разделе «Большой Фестиваль Творчества»/ Фитнес-марафон/Заявка на участие в Фитнес-марафоне «Мы здоровы! Нам здорово! 2018».

- оплатить организационный взнос в срок до 15 марта 2018 г. в размере 1500 рублей с команды (взнос оплачивается только безналичным расчетом). Реквизиты банка получателя размещены на официальном сайте Дома работников просвещения [www.home-teach.ru](http://www.home-teach.ru) в разделе «Большой фестиваль творчества»/Фитнес-марафон/Фитнес-марафон 2018/Схема оплаты, а также будут дополнительно отправлены информационным письмом. Документы, подтверждающие факт оплаты организационного взноса, предоставить в оргкомитет Фитнес-марафона, (копию платежного документа) непосредственно на месте проведения фестиваля.

Команды, не оплатившие организационный взнос, к выступлению (соревнованию) не допускаются.

5.2. Для участника здоровьесберегающей программы Фитнес-марафона необходимо:

- пройти регистрацию в срок до 15 марта 2018г., заполнить индивидуальную заявку на сайте Дома работников просвещения [www.home-teach.ru](http://www.home-teach.ru) в разделе «Большой Фестиваль Творчества»/Фитнес-марафон/Заявка участника здоровьесберегающей программы Фитнес-марафона «Мы здоровы! Нам здорово! 2018».

- оплатить организационный взнос в срок до 15 марта 2017г. в размере 500 рублей (оплачивается только безналичным расчетом). Реквизиты банка получателя размещены на официальном сайте Дома работников просвещения [www.home-teach.ru](http://www.home-teach.ru) в разделе «Большой фестиваль творчества»/Фитнес-марафон/Фитнес-марафон 2018/Схема оплаты, а также будут дополнительно отправлены информационным письмом. Документы, подтверждающие факт оплаты организационного взноса, предоставить в оргкомитет Фитнес-марафона, (копию платежного документа) непосредственно на месте проведения фестиваля.

Участник, не оплативший организационный взнос, к здоровьесберегающей программе не допускаются.

## **6. Требования к выступающим командам:**

К участию в соревновательной части Фитнес-марафона приглашаются команды работников муниципальных и краевых образовательных учреждений Красноярского края, занимающиеся фитнесом.

6.1 Выступление (соревнование) команд работников образования будет осуществляться по следующим группам:

I. «Группа А». Для выступления (соревнования) среди команд «Группы А» приглашаются все команды-участницы, не являющиеся победителями в соревнованиях Фитнес-марафона предыдущих лет.

II. «Группа В». Для выступления (соревнования) среди команд «Группы В» приглашаются команды-участницы, являющиеся финалистами прошлых лет в соревнованиях Фитнес-марафона.

6.2. Команды-участники могут соревноваться в разных номинациях, но только в своей группе.

6.3. Количество участников в команде – не менее 5 человек. Допускается смешанный состав участников команды (из разных образовательных организаций, из разных муниципальных образований).

6.4. Спортивная форма участников:

- все члены команды должны быть одеты в одинаковую форму. Одежда должна иметь гимнастическую или танцевальную направленность (фитнес-одежда). Одежда должна быть достаточно закрытой и иметь верхнюю (футболки, топы, куртки, толстовки и т.п.) и нижнюю (шорты, бриджи, брюки, лосины и т.п.) части, а также возможно слитное их исполнение (гимнастические купальники, комбинезоны). Допускается различная цветовая гамма разных групп в команде. Допускается использование костюмов соответствующего танцевального направления, которые характерны для той или иной танцевальной культуры.

- обувь – кроссовки или спортивные полукеды. Разрешено использование аксессуаров (шляпы, трости, платки, мячи, скакалки и т.д.) при условии, что эти предметы сохраняются у участников (в руках участников) на протяжении всего выступления.

- не приветствуется излишняя дорогостоящая театрализация костюмов и аксессуаров.

6.5. Фонограммы участников должны быть записаны на цифровые носители с оформленной памяткой (название коллектива, муниципальное образование; название номинации и номера; хронометраж).

6.6. Не допускается использование пиротехнических устройств, хлопушек и других аксессуаров, после которых необходима дополнительная уборка площадки после выступления команды.

## **7. Требования к программе выступления.**

7.1. Время выступления составляет от 1 мин. 30 сек. до 3 мин. для номинации Танцевальной аэробики, для номинаций Степ-аэробики и Классической (базовой) аэробики от 1 мин. 30 сек. до 2 мин. Отсчёт времени начинается с первого звукового сигнала музыки и завершается с последним звуком музыкального сопровождения. По окончании выступления команда покидает площадку.

7.2. Повторное выполнение программы выступления:

- если команда не смогла начать выступление по независящим от неё причинам или же оно было прервано (к примеру, остановка фонограммы), то разрешено неоднократное повторное выполнение программы и это не влияет на оценку судей.

- если произошёл сбой программы по вине участников, то разрешено однократное повторное выполнение программы (с начала) и это повлияет на оценку судейской-коллегии.

7.3. Программа выступления должна представлять собой спортивное или танцевальное (по указанным направлениям) выступление, в котором все участники выполняют движения синхронно, одновременно и непрерывно. Остановки, паузы и фиксации должны составлять не более 3 секунд.

7.4. Запрещены травмоопасные гимнастические и акробатические элементы (кувырки, стойки, колёса, сальто и т.д.). Пирамиды и сложные поддержки во всех номинациях разрешены только в начале и конце программы. Партерная часть программ танцевального направления «Хип-хоп» может быть представлена движениями партерного «брейка», но без сложных акробатических элементов (вращение на голове, вертолёт и прочее).

7.5. Разрешены силовые упражнения (отжимания, упражнения на брюшной пресс и т.д.).

## **8. Критериями оценки спортивной композиции:**

8.1. Для номинации Степ-аэробика:

техника:

- сложность движений;
- интенсивность исполнения;
- разнообразие шагов и перемещений;
- качество исполнения.

артистизм:

- хореография;
- музыкальное сопровождение;
- синхронность исполнения;
- презентация.

## 8.2. Для номинации Классическая (базовая) аэробика:

### техника:

- сложность движений;
- интенсивность исполнения;
- разнообразие движений;
- качество исполнения.

### артистизм:

- хореография;
- музыкальное сопровождение;
- синхронность исполнения;
- презентация.

## 8.3. Для номинации Танцевальная аэробика (направления: «Латина», «Афро-джаз», «Зумба», «Belly dance», «Хип-хоп» и другие):

- техника исполнения и сложность;
- музыкальное сопровождение и интерпритация;
- разнообразие и креативность;
- перестроение и визуальные образы;
- командная работа и презентация.

Подробное описание критериев см. на сайте: [www.home-teach.ru](http://www.home-teach.ru) в разделе «Большой Фестиваль Творчества»/Фитнес-марафон

## **9. Подведение итогов и порядок награждения команд победителей выступлений (соревнований) Фитнес-марафона «Мы здоровы! Нам здорово! 2018».**

9.1. Подведение итогов Фитнес-марафона осуществляется спортивно-творческой коллегией на основании оценочных листов путем простого подсчета баллов (в случае равенства баллов, решение принимается открытым голосованием простым большинством голосов, в случае равенства голосов, решающим является голос председателя спортивно-творческой коллегии).

9.2. Партнеры Фитнес-марафона могут устанавливать индивидуальные призы победителям и участникам Фитнес-марафона.