**РЕГЛАМЕНТ**

 **проведения фестиваля уличной культуры «ЖЕЛЕЗКА 2019»**

**СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

 Соревнования в рамках фестиваля уличной культуры «ЖЕЛЕЗКА 2019» (далее - соревнования) проводятся по следующим видам спорта:

* мини-футбол;
* настольный теннис;
* уличный баскетбол 3×3;
* единоборства (дзюдо);
* воркаут;
* армрестлинг

Время проведения: 21 сентября 2019 с 14.00 до 20.00.

Место проведения: Центр уличного спорта «Под мостом».

Соревнования проводятся согласно Положению о проведении фестиваля уличной культуры «ЖЕЛЕЗКА 2019».

**УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ**

 В соревнованиях принимают участие все желающие, не имеющие противопоказаний к занятиям спортом.

 Принцип формирования команд произвольный, согласно возрастным категориям. У каждой команды должен быть представитель. У каждого участника должен быть допуск врача к участию в соревнованиях.

 Организаторы оставляют за собой право внести изменения в регламент проведения соревнований.

**ВИДЫ СПОРТА:**

**Мини-футбол**

Соревнования – командные, проводятся в возрастных группах: от 14 до 17 лет; 18 лет и старше.

Состав команды 6 человек.

Время игры – 2 тайма по 5 минут (время «грязное»).

Места команд определяются по наибольшему количеству набранных очков во всех играх. За победу начисляется 3 очка, за ничью 1 очко, за поражение 0 очков.

При равенстве очков у двух и более команд места определяются:

- по наибольшему количеству побед во всех играх;

- по результату игр между ними;

- по лучшей разнице забитых и пропущенных мячей в играх между ними;

- по лучшей разнице забитых и пропущенных мячей во всех играх;

- по наибольшему количеству забитых мячей во всех играх;

- по жребию.

Судейство матчей осуществляется в соответствии с упрощенными правилами игры в мини-футбол.

Количество замен в ходе матча не ограничено (разрешаются быстрые, летучие замены). Вратарь может поменяться местами с любым игроком.

**Уличный баскетбол 3×3**

К участию в соревнованиях допускаются все желающие, согласно возрастным категориям. Возрастные группы 13 лет и младше, 14-15 лет, 16-17 лет, 18 лет и старше. Участникам соревнований обязательно иметь медицинский допуск.

Соревнования проводятся по официальным правилам уличного баскетбола FIBA 3х3. Система проведения соревнований определяется главным судьёй в зависимости от количества заявленных команд в каждой возрастной группе.

Время игры 7 минут (6 минут грязного времени, последняя минута чистого времени). Попадание из-за 3-очковой дуги – 2 очка, все остальные – 1 очко. Количество фолов игрока в 1 игре – 6 персональных замечаний.

В финальных соревнованиях состоится конкурс 3-х очков бросков, бросков сверху, штрафных бросков.

**Настольный теннис**

Соревнования – личные, проводятся в возрастных группах: до 17 лет; 18 лет и старше.

## Участники должны при себе иметь:

## - спортивную форму;

## - спортивную обувь;

## - участники могут пользоваться своими ракетками и мячами;  Регистрация участников на месте проведения соревнований. Количество участников ограничено. Соревнования проводятся согласно действующим правилам Федерации настольного тенниса России в одиночных разрядах. Система проведения соревнований в каждой возрастной категории определяется главной судейской коллегией в зависимости от количества заявленных частников. Каждый участник играет только в своей возрастной категории.

В финальные соревнования выходят победители и призеры районных отборочных матчей.

**Дзюдо**

В соревнованиях принимают участие юноши 2005-2007 года рождения.

Весовые категории: 38,42,46,50,55,60,66,73,+73

Соревнования проводятся по действующим правилам дзюдо, по олимпийской системе с утешением от полуфиналистов. В каждой весовой категории разыгрываются первое, второе и два третьих места.

Взвешивание проводится накануне соревнований с 9,00-10,00 на базе МБУ ДО «СДЮСШОР «Комета» по адресу: 390026 г. Рязань, ул.2-ая Линия, д.25.

Спортсмены допускаются к соревнованиям в соответствии с заявкой и допуском врача. Спортсмены обязаны предъявить в судейскую коллегию на взвешивание: оригинал свидетельства о рождении и медицинское заключение с отметкой «допущен», заверенное подписью врача и его личной печатью.

**Показательные выступления** по джиу-джитсу, самбо, каратэ, тхэквондо, спортивной борьбе, кикбоксингу.

**Армрестлинг**

К участию в соревнованиях допускаются мужчины старше 18 лет:

Весовые категории: до 85 кг,

- свыше 85 кг

Соревнования проводятся на левой и правой руках до 2-х поражений;

руки до середины плеча и кисти рук должны быть обнажены.

Допускаются спортсмены, не имеющие медицинских противопоказаний для соревнований.

**Воркаут**

К участию в соревнованиях допускаются лица старше 18 лет:

- юноши и мужчины в номинации «Троеборье» - абсолютная категория;

- юноши, мужчины и девушки в номинации «Фристайл» - абсолютная категория;

Все участники должны иметь медицинский допуск, страховой медицинский полис или страховку, паспорт или свидетельство о рождении.

Для участия в соревнованиях необходимо ОБЯЗАТЕЛЬНО ознакомиться с правилами участия и безопасности при регистрации у организаторов, подтвердив свое согласие подписью.

В заявке на участие указываются: имя и фамилия, год рождения, город и номинация.

Участник соревнований самолично несет полную ответственность за все действия, которые выполняет на площадке. Организаторы соревнований не несут ответственность за действия участника, приведшие к какой-либо травме по вине самого участника. Все элементы выполняются на собственный страх и риск участника. Организаторы соревнований обеспечивают безопасное использование площадки.

Форма одежды любая, главное требование для номинации «Троеборье» - возможность визуальной фиксации разгибания локтевых суставов при выполнении упражнений.

Соревнования по дисциплине воркаут проводятся в номинациях: **«Троеборье»** и **«Фристайл»**. Допускается участие участника в двух номинациях одновременно. Все номинации - абсолютны, т.е. участники соревнуются между собой вне зависимости от возраста и пола.

**Номинация «Троеборье»** включает в себя выполнение выходы силой на две руки, подтягиваний на перекладине с весом 16 кг и отжиманий на параллельных брусьях с весом 16 кг на количество.

У участника есть одна попытка на осуществление выходов, подтягиваний и отжиманий.

Попытка начинается, когда участник запрыгивает на перекладину/брусья и заканчивается, когда он с нее/них спрыгивает.

Правильное выполнение силовых выходов на две руки:

- хват перекладины ладонью сверху, большой палец снизу;

- выполнение подтягивания из положения виса (руки полностью выпрямлены в локтях);

- фиксация положения виса между повторами не требуется;

- ГЛАВНОЕ ТРЕБОВАНИЕ – полное распрямление локтевых суставов в положение виса между повторами;

- ноги прямые в коленном суставе;

- отклонение ног от прямолинейного движения вверх при выполнении выходов контролируется натянутой перед участником ленты (при ее прикосновении выход не засчитывается);

- фиксация выхода в верхней фазе выполнения упражнения полным распрямлением локтевых суставов не менее 0.5 сек;

- отдых на перекладине не более 5 секунд в верхнем и нижнем положениях.

Засчитываются следующие подтягивания:

- хват перекладины ладонью сверху, большой палец снизу;

- выполнение подтягивания из положения виса (руки полностью выпрямлены в локтях);

- фиксация положения виса между повторами не менее 0.5 секунды;

- при подтягивании подбородок должен быть выше перекладины (фиксация наверху не требуется);

- допускается нарушение непрерывности движения вверх, т.е. подтягивание с остановкой;

- допускается поправлять, передвигать руки во время выполнения подтягиваний неограниченное кол-во раз (исключен отдых в висе на одной руке и пр.);

- допускается отклонение от прямолинейного положения тела в фазе подтягивания в виде естественного отклонения ног, прямых в коленном суставе (допускается незначительный сгиб), вперед, но не более 45 градусов от вертикального положения тела в положении виса, исключая рывкообразное движение на данном интервале.

- отдых в исходном положении между подтягиваниями не может быть более 10 секунд;

Отжимания на брусьях выполняются следующим образом:

- исходное положение – тело перпендикулярно полу, руки прямые в локтях, ноги не скрещены, колени выпрямлены;

- тело опускается отвесно вниз, исключая отклонение от положения вертикали вниз (допускается незначительное отклонение тела – не более 30 градусов от положения вертикали с незначительным сгибанием ног в коленном суставе) до сгибания рук в локтях не менее 90 градусов;

- фиксация отжимания внизу при достижении уровня не менее 90 градусов при отжимании не требуется;

- выполнить отжимание от брусьев вверх, держа тело вертикально, до исходного положения – тело вертикально, локти выпрямлены, зафиксировать выпрямление локтей;

- отдых в исходном положении между отжиманиями не может быть более 10 секунд;

Начало отжиманий на брусьях осуществляется по командам судьи:

- «Приступить» - участник правильно принял исходное положение;

- Отжимание засчитывается, если судья произнес цифру, означающую общее количество выполненных отжиманий. Если после возвращения в исходное положения после отжимания участником не прозвучало от судьи очередного числа – отжимание считается невыполненным (выполненным неправильно).

**Номинация «Фристайл»:**

- участнику отводится полторы минуты на выполнение различных комбинаций упражнений на площадке.

- разрешается привлекать к своему выступлению стороннюю помощь в виде поддержки при выполнение отдельных элементов и упражнений.

- судьями оценивается сложность (статика и динамика) и зрелищность/комбинации элементов и упражнений.

- номинация абсолютна, т.е. здесь нет разграничения участников по возрасту и полу. Каждый результат участников соревнований фиксируется судьями в протоколе. Когда участник заканчивает выполнять выходы/подтягиваться/отжиматься или фристайл, судья заносит количество выполненных раз или оценки в протокол. Внизу таблицы под протоколом расписываются судьи соревнований.

**ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ЗАЯВОК**

Заявки на участие в соревнованиях **по каждому** виду спорта подаются до 15.00 17 сентября 2019 года на электронную почту: zayavka.lesopark62@gmail.com Телефон: 8(412)407297.

Форма заявки - Приложение № 1.

Приложение № 1

к Положению о проведении

 фестиваля уличной культуры «Железка 2019»

**ЗАЯВКА**

на участие в соревнованиях

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**(вид спорта)**

**Команда (участник)**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИО** | **Дата рождения** | **Допуск врача** | Участник несет полную ответственность за свою жизнь и здоровье во время проведения  **Подпись участника**  |
| **1** |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |

Представитель команды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(моб. тел. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)

#