П О Л О Ж Е Н И Е
о проведении Всероссийской спартакиады для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья в 2016 году

Ульяновск
2016 г.

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о проведении Всероссийской спартакиады для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – Спартакиада) определяет порядок и регламент проведения Всероссийской спартакиады для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – Положение).

1.2. Спартакиада проводится в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 января 2016 г. №41 «О перечне мероприятий для детей, молодежи и отдельных общесистемных мероприятий, проводимых Министерством образования и науки Российской Федерации в 2016 году за счет средств федерального бюджета (I очередь)».

1.3. Информация о Спартакиаде размещается на портале www.suvagprof.ru в разделе «Спартакиада».

1. Цели и задачи Спартакиады

2.1. Цель Спартакиады:

– - стимулирование развития интереса к занятиям адаптивной физической культуры и адаптивным спортом среди участников всероссийской спартакиады;

– - обмен опытом, обобщение и тиражирование лучших практик в сфере адаптивной физической культуры, совершенствование методики профилактической и реабилитационной работы с детьми-инвалидами, участвующими во всероссийской спартакиаде.

2.2. Задачи Спартакиады:

– - формировать мотивацию и потребность в соблюдении здорового образа жизни у участников всероссийской спартакиады;

– - привлечение участников всероссийской спартакиады к регулярным занятиям адаптивной физической культурой и адаптивным спортом;

– - способствовать совершенствованию адаптации участников всероссийской спартакиады к преодолению необходимых для полноценного функционирования в обществе физических нагрузок.

3. Организаторы Спартакиады

3.1. Организатор – Министерство образования и науки Российской Федерации. Общее руководство проведением Спартакиады в соответствии с Государственным контрактом № 07.D06.11.0007 от 04.04.2016 г. осуществляется Автономной некоммерческой организацией «Научно-методический центр образования, воспитания и социальной защиты детей и молодежи «СУВАГ» (далее - АНО «НМЦ «СУВАГ»).

3.2. Для подготовки и проведения создается организационный комитет Спартакиады (далее – Оргкомитет), состав которого утверждается Министерством образования и науки Российской Федерации.

Оргкомитет:

- принимает предварительные заявки на участие в соревнованиях;
- утверждает состав судейских коллегий по видам спорта Спартакиады;
- назначает главного судью соревнований Спартакиады;
- обеспечивает соблюдение прав участников Спартакиады.

3.2. Непосредственное проведение Спартакиады осуществляет Главная судейская коллегия, состав которой утверждается Министерством образования и науки Российской Федерации.

Главный судья: Халатян Сергей Гагикович, заслуженный тренер России

Главный секретарь: Заиченко Максим Евгеньевич, главный секретарь, 1 категория

Комплектование команд, доставку к месту проведения Спартакиады и обратно осуществляют органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющие управление в сфере образования.

4. Сроки и место проведения Спартакиады

4.1. **Спартакиада** проводится в период с 17 по 21 октября 2016 года в городе Ульяновске в соответствии с Программой мероприятий Спартакиады (далее –Программа).

4.2. Краткий план мероприятий в соответствии с Программой включает в себя:

17 октября 2016 года, понедельник	• Заезд и расселение участников Спартакиады • Регистрация участников Спартакиады • Работа мандатной комиссии по допуску участников к соревнованиям • Подготовка участников к презентации своих команд. Подготовка участников Спартакиады к соревнованиям. Спортивные тренировки • Культурно-массовые мероприятия: презентация команд участников Спартакиады («Вечер знакомств»), развлекательное игровое мероприятие «Быстрее, выше, сильнее», дискотека
18 октября 2016 года, вторник	• Организационное собрание для участников Спартакиады • Подготовка участников Спартакиады к соревнованиям. Спортивные тренировки • Церемония открытия Спартакиады • Проведение соревнований по гимнастике • Культурно-массовые мероприятия: творческие конкурсы «Минута славы», дискотека
19 октября 2016 года, среда	• Проведение соревнований по лёгкой атлетике по всем видам отклонений здоровья • Семинар для руководящих и педагогических работников, сопровождающих участников Спартакиады, по проблемам обобщения опыта, форм и методов адаптивной физической культуры в работе с детьми-инвалидами • Обзорная экскурсия с рассказом о достопримечательностях города Ульяновска для участников Спартакиады • Культурно-массовые мероприятия: дискотека
20 октября 2016 года, четверг	• Соревнования по шашкам. • Культурно-массовые мероприятия для участников Спартакиады: развлекательные игровые мероприятия
21 октября 2016 года, пятница	• Церемония закрытия Спартакиады. Церемония награждения победителей и призеров • Отъезд участников Спартакиады

* Положение о проведении творческих конкурсов «Минута славы» приводится в Приложении № 4 к настоящему Положению.

5. Состав участников и условия их допуска

5.1. К участию в Спартакиаде допускаются обучающиеся образовательных организаций из числа детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 14 до 16 лет по видам спорта, не противопоказанных им по состоянию здоровья (не допускаются участники, которые на момент начала проведения соревнований не достигли возраста 14 лет и участники, которым на момент начала проведения соревнований исполнилось 16 лет 1 день).

- неслышащие и слабослышащие обучающиеся;
- незрячие и слабовидящие обучающиеся;
- обучающиеся с нарушением опорно-двигательного аппарата.

5.2. Состав команды от субъекта Российской Федерации – по 5 человек в любом сочетании юношей и девушек, но с обязательным участием в команде минимум 1 девушки:

2 человека из числа неслышащих и слабослышащих детей;

2 человека из числа слабовидящих детей;

1 человек – с нарушением опорно-двигательного аппарата.

5.3. Состав делегации от субъекта Российской Федерации – команда, участвующая в соревнованиях; лица, сопровождающие участников команды: 1 сопровождающий команды педагогический работник, назначенный руководителем командирующей образовательной организации и 2 сурдопереводчика. Участники команды – дети с нарушением опорно-двигательного аппарата - направляются вместе с сопровождающими, назначенными командирующей образовательной организацией.

5.4. Участники команд принимают участие в соревнованиях Спартакиады в экипировке, соответствующей требованиям дисциплины, и могут использовать индивидуальный спортивный инвентарь, отвечающий требованиям вида спорта.

5.5. Участники команд должны иметь единую форму, бейдж с указанием субъекта и (или) образовательной организации, фамилии, имени участника.

5.6. Участники делегаций должны иметь визитную карточку субъекта и (или) образовательной организации и (или) команды для участия в мероприятиях Спартакиады.

6. Условия проведения соревнований по видам спорта и дисциплинам Спартакиады

6.1. Соревнования Спартакиады проводятся в соответствии с возрастными особенностями детей по следующим видам отклонений здоровья:

- для неслышащих и слабослышащих обучающихся (далее – группа «А»);
- для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее - группа «В»);
- для незрячих и слабовидящих обучающихся (далее – группа «С»).

6.2. В регламент соревнований по каждому виду отклонений здоровья включены 3 вида спорта: легкая атлетика, гимнастика, шашки. Соревнования пройдут по следующим видам дисциплин:

группа «А»	**группа «В»**	**группа «С»**
Легкая атлетика для всех участников команд субъектов Российской Федерации		
Виды дисциплин	Виды дисциплин	Виды дисциплин
Бег 60 метров (Ю, Д)	Бег 30 метров (Ю, Д)	Бег 60 метров (Ю, Д)
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (Ю, Д)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (Ю, Д)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (Ю, Д)
Метание мяча двумя руками из-за головы: (Ю)– 2 кг (Д) – 1 кг	Метание мяча: (Ю)– 2 кг (Д) – 1 кг (ДЦП) – 1 кг	Метание мяча двумя руками из-за головы: (Ю)– 2 кг (Д) – 1 кг

группа «А»	**группа «В»**	**группа «С»**

Гимнастика для 3 участников команд субъектов Российской Федерации (2 юноши и 1 девушка)		
Виды дисциплин	Виды дисциплин	Виды дисциплин
Подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю) Подтягивание из виса на низкой перекладине, высота грифа перекладины 90см (Д)	Подтягивание из виса на низкой перекладине, высота грифа перекладины 110см (Ю, Д)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю) Подтягивание из виса на низкой перекладине, высота грифа перекладины 90см (Д)
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (Ю, Д)	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (Ю, Д)	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (Ю, Д)
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (Ю) Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (Д)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на бёдрах на полу (Ю) Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на бёдрах на полу (Д)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (Ю) Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (Д)
Шашки для 2 участников команд субъектов Российской Федерации (1 юноша и 1 девушка)		
Виды дисциплин	Виды дисциплин	Виды дисциплин
Соревнования по подгруппам (юноши и девушки)	Соревнования по подгруппам (юноши и девушки)	Соревнования по подгруппам (юноши и девушки)

6.3. Соревнования на всех этапах Спартакиады проводятся по правилам проведения соревнований по видам спорта и дисциплинам, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации.

6.4. Рекомендации по выполнению упражнений и оценка их выполнения прилагаются отдельно (Приложение №5 к настоящему Положению).

7. Заявки на участие

7.1. Именные заявки на участие в Спартакиаде по дисциплинам программы в установленной форме (Приложение №1 к настоящему Положению) и технические заявки (Приложение №2 к настоящему Положению) подаются в мандатную комиссию соревнований. Одновременно с заявками направляются копии документов, подтверждающих распределение на функциональные классы участников с нарушением зрения и участников с нарушением опорно-двигательного аппарата.

Предварительные заявки (именные и технические) подаются по электронной почте stag.prof@yandex.ru или по факсу: (495) 790-73-99 до 10 октября 2016 года.

Руководитель делегации по прибытии на место соревнований должен представить в мандатную комиссию по допуску участников к соревнованиям:

- именную и техническую заявки по дисциплинам программы, подписанные врачом-терапевтом, допускающим детей к соревнованиям, руководителем командирующей организации и руководителем делегации, заверенные соответствующими печатями;

- документы обучающегося в образовательной организации (справка с паспортом

или социальная карта);

- документ, подтверждающий инвалидность (справку МСЭ);
- паспорт или свидетельство о рождении;
- страховой полис (на каждого участника);
- полис страхования от несчастных случаев на период соревнований на каждого участника;
- договор (оригинал) о страховании от несчастных случаев, жизни и здоровья (на каждого участника);
- копию приказа о назначении руководителя делегации, ответственного за жизнь и здоровье детей, заверенную печатью командирующей организации;
- заявления родителей о согласии на обработку персональных данных;
- командировочное удостоверение, паспорт руководителя делегации.

Все перечисленные документы - оригиналы.

Если именная заявка составлена не по форме или не представлены необходимые документы в мандатную комиссию соревнований, команды (участники) к участию в соревнованиях не допускаются.

Руководители делегаций несут ответственность за жизнь и здоровье, поведение участников Спартакиады в пути следования и во время проведения соревнований, осуществляют необходимую связь между судейской коллегией и участниками.

7.2. Не допускаются к участию в соревнованиях:

- лица с психическими заболеваниями;
- лица, не представившие необходимых документов;
- лица, не включенные в заявки.

7.3. Делегация должна сообщить о датах своего прибытия в город Ульяновск и датах отъезда по форме согласно приложению №3 к настоящему Положению в срок до 10 октября 2016 года на электронную почту stag.prof@yandex.ru.

8. Формы проведения соревнований и критерии оценки (системы подсчета очков)

8.1. Соревнования Спартакиады проводятся с подведением личного, командного и общекомандного зачета.

Личный и командный зачет по видам программы определяются согласно правилам по виду спорта.

8.2. В личных соревнованиях определяются места, занятые участниками в каждой дисциплине спорта:

Легкая атлетика

В соревнованиях по легкой атлетике принимают участие все члены команды от каждого субъекта Российской Федерации. Участники соревнований разбиваются на группы «А», «В» и «С».

В личных соревнованиях победители определяются среди девушек и среди юношей по наилучшему результату, показанному в беге, метании мяча и прыжках.

Победители среди команд определяются по наименьшей сумме мест, занятых отдельными членами команды.

Гимнастика

Участники соревнований разбиваются на группы «А», «В» и «С» по 3 представителя от команды субъекта Российской Федерации (2 юноши и 1 девушка).

В личных соревнованиях победители определяются среди девушек и среди юношей по наибольшему числу подтягиваний, отжиманий, подъемов туловища.

Победители среди команд определяются по наименьшей сумме мест, занятых отдельными членами команды.

Шашки

Соревнования лично-командные. От команды участвуют 2 человека (1 юноша, 1

девушка). Соревнования проводятся по швейцарской системе отдельно среди юношей и девушек. Количество туров и продолжительность каждой партии определяется судейской коллегией в зависимости от количества участников.

Личное первенство определяется раздельно среди юношей и девушек. Победа – 1 очко, ничья – 0,5 очка, поражение – 0 очков.

В командный зачет идут 2 результата. При равенстве очков у двух и более команд лучшее место определяется по лучшему результату у девушек.

8.3. В командных соревнованиях определяются места, занятые всеми участниками команды.

1	место –	20 очков
2	место –	17 очков
3	место –	15 очков
4	место –	13 очков
5	место –	12 очков
6	место –	11 очков
7	место –	10 очков
8	место –	9 очков
9	место –	8 очков
10	место –	7 очков
11	место –	6 очков
12	место –	5 очков
13	место –	4 очка
14	место –	3 очка
15	место –	2 очка
16	место –	1 очко
17	место –	1 очко
18	место –	и т.д.

8.4. Итоги общекомандного зачета определяются по наименьшему суммарному показателю занятых мест командами субъектов Российской Федерации в отдельных видах программы и количеству медалей, завоеванных участниками соревнований в личном первенстве.

Подсчет очков:

1 место в командном и личном первенстве – 1 очко;

2 место в командном и личном первенстве – 2 очка;

3 место в командном и личном первенстве очка – 3 очка.

В случае равенства этого показателя преимущество получает команда, набравшая:

- наибольшее количество призовых мест в командных видах соревнований;
- наибольшее количество первых мест во всех видах соревнований.

9. Подведение итогов и награждение победителей Спартакиады

9.1 Подведение итогов каждого соревновательного дня проходит ежедневно. Награждение победителей и призеров по видам спорта проводится по месту проведения соревнований Спартакиады.

9.2 Итоги общекомандного зачета подводятся Главной судейской коллегией по окончании всех видов соревнований и объявляются на церемонии закрытия Спартакиады.

9.3 Участники спартакиады, занявшие 1, 2, 3 места в личном зачете, награждаются медалями, дипломами, призами и сувенирами; в командном зачете – дипломами, в общекомандном – кубками и дипломами.

9.4 Ответственными за получение медалей, призов и сувениров, дипломов, кубков

являются руководители делегаций.

9.5 Все участники команд получают в подарок комплект раздаточных материалов (буклет с кратким планом мероприятий в соответствии с программой, информационные материалы, грамота), футболку и бейсболку с символикой Спартакиады.

10. Обеспечение безопасности участников и зрителей

10.1За обеспечение безопасности участников и зрителей соревнований по видам спорта Спартакиады ответственность несут главный судья соревнований, руководители делегаций, руководители спортивных сооружений.

10.2Соревнования проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности спортивного сооружения.

11. Условия финансирования

11.1. Финансирование Спартакиады осуществляется за счет бюджетных и внебюджетных средств, в том числе расходов, связанных с питанием и проживанием участников команд Спартакиады в период соревнований.

11.2. Расходы, связанные с командированием участников команд от субъектов Российской Федерации на Спартакиаду (проезд до места проведения соревнований и обратно, страхование), обеспечивают командирующие организации.

Проезд до места проведения соревнований и обратно, питание, размещение лиц, сопровождающих участников команд Спартакиады, обеспечивают командирующие организации.

Страхование участников команд соревнований производится за счет командирующей стороны.

Телефон для справок по размещению и питанию: (495) 627-11-96, бесплатная телефонная линия: 8 (800) 700-73-99, электронная почта: stag.fcpro@yandex.ru.

12. Страхование участников

12.1. Участие в Спартакиаде осуществляется только при наличии оригинала договора (страхового полиса) о страховании от несчастных случаев, жизни и здоровья, который предоставляется в мандатную комиссию по допуску на каждого участника.

13. Контактная информация

Адрес в городе Москве: город Москва, Газетный пер., д. 5, офис 420, АНО «НМЦ «СУВАГ». Телефоны в городе Москве: (495) 627-11-96, (495) 790-73-99

Контактные лица: Тихонова Мария Юрьевна, 8(917)523–76–21, Лозовая Елена Владимировна, 8(965)211–45–37,

Бесплатная телефонная линия: 8 (800) 700-73-99, электронный адрес: stag.fcpro@yandex.ru

Информационные порталы www.suvagcentr.ru, www.suvagprof.ru.

Приложение №1
к Положению по проведению
Всероссийской спартакиады
для детей-инвалидов и детей с
ограниченными возможностями здоровья

ИМЕННАЯ ЗАЯВКА
на участие во Всероссийской спартакиаде для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья

Команда участников от _____ (субъект РФ)

№№ п/п	**Фамилия, имя, отчество**	**Дата рождения**	**Паспортные данные** (серия, номер, кем и когда выдан)	**Название образовательной организации**	**Адрес образовательной организации**	**Допуск врача-терапевта**
1						
2						
3						
4						
5						
Руководитель делегации						
Другие сопровождающие лица						

К соревнованиям допущено _____ чел.
Врач-терапевт ---------- ---------- **М.П.**
(подпись) **(ФИО)** **медицинской организации**

Руководитель делегации

	----------	----------
Электронный адрес, контактный телефон руководителя делегации_____	**(подпись)**	**(ФИО)**
	----------	---------- **М.П.**
Руководитель командирующей организации	**(подпись)**	**(ФИО)**

Руководитель мандатной комиссии _____

Оригинал заявки представляется в мандатную комиссию по допуску участников к соревнованиям

Приложение №2
к Положению по проведению
Всероссийской спартакиады
для детей-инвалидов и детей с
ограниченными возможностями здоровья

ТЕХНИЧЕСКАЯ ЗАЯВКА
на участие во Всероссийской спартакиаде для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья
Команда участников от _____ (субъект РФ)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Вид адаптивного спорта (группа «А», «В», «С»)	Распределение по функциональным классам	Контактный телефон	Легкая атлетика	Гимнастика	Шашки
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							

Руководитель делегации _____( )
Руководитель командирующей организации _____( )
Тема выступления на семинаре _____

Оригинал заявки представляется в мандатную комиссию по допуску участников к соревнованиям

Приложение №3
к Положению по проведению
Всероссийской спартакиады
для детей-инвалидов и детей с
ограниченными возможностями здоровья

ПЛАН ПРИЕЗДА-ОТЪЕЗДА ДЕЛЕГАЦИЙ

Делегация _____ (субъекта РФ)

№ п/п	ФИО	Статус в делегации, контактный телефон	приезд				отъезд			
			Дата и время	Вид транспорта	рейс	Место прибытия	Дата и время	Вид транспорта	рейс	Место отбытия
1										
2										
3										
4										
5										

Руководитель делегации _____( )

Оригинал заявки представляется в мандатную комиссию по допуску участников к соревнованиям

Приложение № 4
к Положению по проведению
Всероссийской спартакиады
для детей-инвалидов и детей с
ограниченными возможностями здоровья

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении творческих конкурсов «Минута славы» в рамках Всероссийской спартакиады детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов

1. Общие положения

1.1. Творческие конкурсы «Минута славы» (далее – Конкурсы) проводятся 18 октября 2016 года в рамках **культурно-массового блока** Всероссийской спартакиады детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов (далее – Спартакиада) для неслышащих и слабослышащих обучающихся, незрячих и слабовидящих обучающихся, обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

1.2. Учредитель Конкурсов – Оргкомитет Спартакиады.

1.3. Настоящее положение определяет цели и задачи, условия и порядок проведения Конкурсов.

2. Цели и задачи Конкурсов

2.1. Раскрытие и реализация творческих способностей и дарований среди детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов.

2.2. Поиск новых талантов среди детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов.

2.3. Выявление и поддержка самодеятельных талантов, желающих принять участие в Конкурсах.

3. Условия проведения

3.1. В Конкурсах могут принимать участие все желающие участники Спартакиады:

а) неслышащие и слабослышащие обучающиеся;

б) незрячие и слабовидящие обучающиеся;

в) обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3.2. Участие в конкурсах является добровольным (по желанию). Результаты конкурсов не влияют на общекомандный, командный и личный зачеты Спартакиады.

3.3. На Конкурсы могут быть представлены все жанры искусства:

3.3.1. Вокал (соло, коллектив): эстрадный вокал, народный вокал, академический вокал, рок исполнение, чтение рэпа, авторская и бардовская песня, жестовое пение и т.д.

3.3.2. Хореография: современная хореография (брейк-данс, street dance), эстрадная хореография (рок-н-ролл, шоу, сценические стилизации), народно-сценическая хореография, классическая хореография и т.д.

3.3.3. Художественное чтение: проза, поэзия, авторские произведения.

3.3.4. Музыканты-исполнители: авторское исполнение, исполнение музыкальных произведений.

3.3.5. Оригинальный жанр: юмористические миниатюры, музыкальные и речевые пародии, пантомима, фокусы и т.д.

3.3.6. Цирковые номера, акробатика и гимнастика, силовой спорт и т.д.

3.4. Выступление участника конкурса проходит под фонограмму или аккомпанемент (указать носитель музыки – CD, мини-диск, другое). Каждому исполнителю предоставляется право использовать аппаратуру организаторов конкурса.

3.5. Разделение участников по возрастным категориям не предусматривается.

3.6. Время выступления – не более 5 минут.

4. Порядок проведения Конкурсов

4.1. В Оргкомитет Спартакиады предоставляется заявка с полной информацией об участнике и его концертной программе.

4.2. На основании полученных заявок формируется программа каждого из Конкурсов:

а) для неслышащих и слабослышащих обучающихся;

б) для незрячих и слабовидящих обучающихся;

в) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

4.2. Для определения победителей конкурса назначается жюри.

4.3. Жюри проводит свою работу открыто, комментируя свою оценку. Решение принимается простым большинством голосов, по окончанию конкурса.

4.4. Критерии оценки:

- артистизм;
- уровень исполнительского мастерства;
- уникальность таланта, заразительность, искренность, кураж;
- оформление номера, спецэффекты, декорации, костюм;
- соответствие исполняемого репертуара возрасту участника.

5. Награждение участников Конкурсов

5.1. Все участники конкурса награждаются сертификатами участника творческого конкурса «Минута Славы»:

а) для неслышащих и слабослышащих обучающихся;

б) для незрячих и слабовидящих обучающихся;

в) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

5.2. Победители получают дипломы и памятные призы.

В Оргкомитет Всероссийской Спартакиады
для детей с ограниченными возможностями здоровья
и детей-инвалидов

ЗАЯВКА

на участие в творческом конкурсе
«Минута славы»

1.	ФИО (полностью) участника	
2.	Дата рождения	
3.	Образовательная организация	
4.	Контактный телефон (рабочий, домашний, мобильный)	
5.	Жанр искусства	
6.	Название номера или программы (если таковое имеется)	
7.	Необходимые технические средства	

Руководитель делегации:_____ (_____)

Приложение № 5
к Положению по проведению
Всероссийской спартакиады
для детей-инвалидов и детей с
ограниченными возможностями здоровья

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ И ОЦЕНКА ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ

I. ГИМНАСТИКА

I.1. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине выполняется из ИП: вис лежа лицом вверх хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.
Высота грифа перекладины для участников группы «А» и «С» - 90 см. Высота грифа перекладины для участников группы «В» - 110 см.

Для того чтобы занять ИП, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от грифа, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник спортивного судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает ИП. Из ИП участник подтягивается до подъема подбородка выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 с ИП, продолжает выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных попыток, фиксируемых счетом спортивного судьи.

Ошибки (попытка не засчитывается):
1) подтягивание с рывками или с прогибанием туловища;
2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
4) поочередное сгибание рук.

I.2. Подтягивание из виса на высокой перекладине

Подтягивание из виса на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав ИП на 0,5 с, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):
1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
4) поочередное сгибание рук.

I.3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу выполняется из ИП: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Участник, сгибая руки, касается грудью пола или упора высотой 5 см, затем, разгибая

руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
2) нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
4) поочередное разгибание рук;
5) отсутствие касания грудью пола (платформы);
6) разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.

I.4. Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью

Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью выполняется из ИП: руки на ширине плеч, кисти рук опираются о передний край гимнастической скамьи, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Участник, сгибая руки, прикасается грудью к переднему краю гимнастической скамьи, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) касание пола коленями;
2) нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
3) отсутствие фиксации ИП на 0,5 с;
4) поочередное разгибание рук;
5) отсутствие касания грудью края гимнастической скамьи (или сиденья стула).

I.5. Поднимание туловища из положения лежа на спине

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения упражнения создаются пары, один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);
2) отсутствие касания лопатками мата;
3) пальцы разомкнуты «из замка»;
4) смещение таза.

II. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

II.1. Бег 30 и 60 метров

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 30 м выполняется с высокого старта, бег на 60 м - с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2 - 4 человека.

II.2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает ИП: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) заступ за линию отталкивания или касание ее;
2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
3) отталкивание ногами поочередно.

II.3. Метание мяча

Для упражнения используются набивные мячи весом 1кг и 2 кг.

Метание мяча проводится на стадионе или любой ровной площадке в коридор шириной 15 м. Длина коридора устанавливается в зависимости от подготовленности участников.

Метание выполняется с места способом «двумя руками из-за головы». Участник выполняет три попытки. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления мяча.

Юноши выполняют метание мяча весом 2 кг, девушки и лица с ДЦП выполняют метание мяча весом 1 кг.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) заступ за линию метания;
2) снаряд не попал в «коридор»;
3) попытка выполнена без команды спортивного судьи.