**Утверждаю**

**Председатель МРО РССС**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** С.А. Пономарев



*Соревнования*

*по гиревому спорту в рамках XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр*

*г. Москва 2017*

Соревнования погиревому спортупроводятся в рамках XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр среди команд образовательных организаций высшего образования в г. Москве.

**Сроки и время проведения соревнований:** 3-4 июня 2017 года.

**Место проведения:** СОК МГСУ, Ярославское шоссе, дом 26, к. 11.

**Классификация соревнований**

Соревнования лично-командные.

Соревнования проводятся в весовых категориях: 63, 68, 73, 78, 85, 95, +95 кг. Вес гирь: 24 и 32 кг (при выполнении упражнений с гирями 32 кг, начисление идет с коэффициентом 2).

Цель соревнований:

-пропаганда и развитие гиревого спорта в Москве,

-повышение спортивного мастерства участников.

**Организаторы соревнований**

Организатором соревнований является Московское региональное отделение Общероссийской общественной организации «Российский студенческий спортивный союз» при поддержке Департамента физической культуры и спорта города Москвы.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на оргкомитет, утвержденный МРО РССС.

Судейство соревнований возлагается на Главную судейскую коллегию, утвержденную МРО РССС.

**Требования к участникам соревнований и условия их допуска**

К участию в соревнованиях допускаются студенты, обучающиеся по программам высшего профессионального образования, аспиранты очной формы обучения.

Участники Чемпионата должны быть зачислены в данную образовательную организацию высшего образования не позднее 01 сентября 2016 года.

Форма спортсменов должна соответствовать требованиям ВФГС в трактовке, принятой московской коллегией судей

**ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

**3 июня**

- с 9.00 до 10.30 - мандатная комиссия, взвешивание участников, совещание представителей и судей, судейский семинар

- 11.30- торжественное открытие соревнований

- 12.00 – 17.30 - выступление спортсменов весовых категорий до 63, до 68, до73, до 78 кг

- с 18.00- награждение победителей и призеров, подведение итогов.

**4 июня**

-с 9.00 до 10.30 - мандатная комиссия, взвешивание участников, совещание представителей и судей,

- 11.00 – 15.00 - выступление спортсменов весовых категорий до 85, до 95, свыше 95 кг

- 15.30 – эстафета в классическом толчке

- 16.30 - награждение победителей и призеров, подведение итогов. Торжественное закрытие соревнований.

**Правила выполнения упражнений**

За 2 минуты до начала упражнения участник приглашается на представление. За 5 секунд до старта производится отсчет Контрольного времени: 5. 4, 3, 2, I сек., в течение которого участник обязан выйти на помост, после чего подается команда «Старт».

После команды «Старт» участник обязан начать выполнять упражнения: толчок или рывок. При отрыве участником гирь(гири) от помоста до команды «Старт» старший судья подает команду «Стоп, поставить гири (гирю) на помост и начать упражнение».

Участник, опоздавший на помост к моменту старта, к соревнованиям не допускается.

На выполнение упражнения участнику дается время 10 минут. Судья-секретарь через каждую минуту объявляет Контрольное время. По истечении 9 минут контрольное время объявляется через 30 сек., 50 сек., последние 5 сек. Каждую секунду.

По истечении 10 минут подается команда «Стоп», после которой подъемы не засчитываются, и участник обязан прекратить выполнение упражнения.

Каждый правильно выполненный подъем сопровождается счетом судьи на помосте. Судья объявляет счет, как только все части тела спортсмена становятся неподвижными.

При нарушении требований к техническому выполнению упражнения судья на помосте подает Команды «Не считать», «Стоп».

**Толчок**

Толчоквыполняется из стартового положения: гири зафиксированы на груди, плечи прижаты к туловищу, ноги выпрямлены. В момент фиксации гирь в верхнем положении руки, туловище и ноги должны быть выпрямлены. Руки спортсмена должны находиться на фронтальной плоскости головы. Ноги и гири должны находиться на одной линии параллельно плоскости тела. После фиксации в верхнем положении и счета судьи участник опускает гири в стартовое положение произвольным способом. Важное примечание: фиксация - акцептировано выделенная, видимая остановка гирь и спортсмена.

Команда «Стоп» подается: - За техническую неподготовленность; - опускании гирь (гири) с груди в положении виса.

Команда «Не считать» подается при: - доталкивании, дожиме; - отсутствии фиксации в стартовом положении и в верхнем положении.

**Рывок**

Упражнение **Рывок** выполняется в один прием. Участник должен непрерывным движением поднять гирю вверх на прямую руку и зафиксировать ее. В момент фиксации гири в верхнем положении рука. ноги и туловище должны быть выпрямлены. Рука спортсмена должна находиться на фронтальной плоскости головы. Не допускается изгиб и скручивание туловища, сгибание в тазобедренном суставе. После фиксации вверху участник, не касаясь гирей туловища и плеча. опускает ее вниз для выполнения очередного подъема.

Смена рук производится один раз. произвольным способом. При опускании гири на плечо во время выполнения рывка первой рукой подается Команда «Переложить». Команда «Стоп» подается: - За техническую неподготовленность; - постановке гири на плечо при рывке второй рукой; - постановке гири на помост.

Команда «Не считать» подается при: - дожиме.

**Командные соревнования (эстафеты)**

Вес гирь (гири), упражнение, временной фактор, количество этапов определяются положением о соревнованиях.

Выполнение упражнений проводится по общим правилам.

Выполнение упражнений по этапам начинается с легких весовых категорий.

Участнику разрешается выступать только на одном этапе.

Порядок проведения эстафеты: - перед началом эстафеты участники выстраиваются на представление по командам, по этапам. За 5 секунд до старта производится отсчет Контрольного времени: 5.4.3,2,1. после чего подается Команда «Старт» участникам первого этапа, - за 30 секунд до старта очередного этапа судья при участниках выводит следующих спортсменов.

**Заявки на участие**

Спортсмены, желающие принять участие в соревнованиях в программе XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр по гиревому спорту должны заявить о своем намерении, пройдя регистрацию на нашем сайте:

<http://mrsss.nagradion.ru/tournament2658/registration>

  Далее заполняется полная заявка команды на сайте (все спортсмены и руководящий состав), **прикрепляются фотографии спортсменов (портретное фото в спортивной форме в анфас).**

Заявка заверяется заведующим кафедрой физического воспитания, либо иным руководителем образовательной организации высшего образования и заверяется печатью образовательной организации высшего образования.

На мандатной комиссии необходимо представить оригинал заявочного листа, оригинал или копию студенческого билета на каждого участника с печатью о переводе на данный учебный год. Участник на соревновании обязан иметь при себе документ, подтверждающий личность (паспорт, военный билет), а также студенческий билет и предъявлять его по требованию Оргкомитета Соревнований.

**Участники, не прошедшие мандатную комиссию, либо не предоставившие необходимые документы, не будут допущены до XXIX МССИ по гиревому спорту.**

**Условия подведения итогов**

В каждой весовой категории победитель определяется в двоеборье, согласно правил ВФГС.

-Эстафета. 5 этапов по три минуты. Состав команды до 5 человек, но не менее 3-х человек. Шкала подсчёта очков в командном первенстве: 1 м – 25, 2 м – 22, 3 м – 20, 4 м – 18, 5 м – 16, 6м – 14, 7м – 12, 8м – 11, 9м -10, …..18 м – 1 очко и далее 1 очко. Ограничений количества участников по весовым категориям нет.

-Классическое двоеборье. Состав команды 12 человек. Зачет по 7 лучшим результатам в любых весовых категориях, без ограничения количества участников от одной команды в весовой категории. Шкала подсчета очков в личном первенстве: 1 м – 20, 2 м – 18, 3 м – 16, 4 м – 15, 5 м – 14, …..18 м – 1 очко и далее 1 очко, при условии выполнения нормативов 3-го разряда.

За выполнение разрядных нормативов по классификации 201 4 г. начисляются поощрительные очки: МС - 10, КМС – 7, 1-ый разряд - 5, 2-ой разряд – 3, 3-ий разряд – 1 очко. Участник, не выполнивший установленный норматив (24 кг - 3 разряд, 32 кг – КМС) поощрительных очков не получает.

**Награждение**

Победители и призеры соревнований награждаются медалями и дипломами соответствующих степеней.

**Данное Положение является официальным вызовом на соревнования.**

Главный судья соревнований

(по виду спорта) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_