



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по воспитательной работе и
молодежной политике
ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина»

_____ М.А. Харламова

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении открытых онлайн-соревнований
по воздушно-силовой атлетике в дисциплине «воркаут фристайл»,
посвященных празднованию
Дня защитника Отечества**

1. Общие положения, цели и задачи

Онлайн-соревнования по воздушно-силовой атлетике в дисциплине «воркаут фристайл» (далее - Соревнования) направлено на пропаганду занятий физической культурой, популяризацию здорового образа жизни, развитие массового спорта на территории Липецкой области.

Основными целями и задачами Соревнований являются:

1. Пропаганда здорового образа жизни, привлечение молодежи к регулярным и систематическим занятиям физической культурой и спортом, и воздушно-силовой атлетикой, в частности.
2. Поиск и апробирование новых форм двигательной активности молодежи.
3. Популяризация воздушно-силовой атлетики (воркаута).
4. Повышение спортивного мастерства.
5. Патриотическое воспитание молодежи.
6. Установление дружеских связей с представителями образовательных организаций различных регионов РФ.

2. Руководство проведением Соревнований

Общее руководство по организации Соревнований осуществляют ФГБОУ ВО «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина» (студенческий спортивный клуб «Добрыня», институт Физической культуры, спорта и безопасности

жизнедеятельности) при поддержке Спортивной организации «Street Workout Elets» и Регионального отделения Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация воздушно-силовой атлетики России в Липецкой области».

Непосредственное проведение Соревнований возлагается на Оргкомитет, утвержденный проректором по воспитательной работе и молодежной политике ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина», и главную судейскую коллегию (см. приложение 1).

3. Содержательная часть Соревнований

Соревнования личные, проводятся в видео формате путем записи видео показательных выступлений спортсмена.

Юноши и девушки соревнуются раздельно.

Участники соревнований должны выполнить упражнение – показательные выступления на турнике или брусьях и записать их на видео.

Каждому атлету даётся 2 минуты на исполнение силовых статических и технических элементов и их комбинаций. Оцениваются силовые, технические элементы и их комбинации, к которым относятся: вертикальные и горизонтальные упоры, висы, подъёмы или выходы, перелёты и перемахи, обороты, подъёмы и переходы, сококи, подлёты. Правильно выполненные элементы оцениваются в балльной системе. За падения, удары о снаряд и невыполненные элементы баллы не начисляются.

Участники соревнований во время выполнения упражнения должны быть одеты в спортивную обувь и форму, тренировочный или соревновательный костюм, не скрывающий линии тела (для оценки техники выполнения отдельных элементов и их комбинаций).

Перед началом исполнения упражнений участник выполняет стойку-готовности к выступлению, после включения музыкальной композиции участник приступает к выполнению упражнений.

Разрешается помочь в запрыгивание в вис на высокую перекладину.

4. Сроки проведения Соревнований

- с 1 по 24 февраля 2026 г. прием видеоматериалов участников Соревнований;
- 25-28 февраля 2026 г. – экспертная оценка присланного материала, подведение итогов;
- 1-2 марта 2026 г. – объявление результатов.

Результаты будут размещены на информационных ресурсах:
<https://web.telegram.org/a/#-1002491025683>
<https://vk.com/swelets>
https://vk.com/ssk_egu.

5. Участники Соревнований

Соревнования проводятся среди обучающихся по программам СПО, бакалавриата, магистратуры и аспирантуры очной и очно-заочной форм обучения.

К участию в соревнованиях также допускаются учащиеся общеобразовательных организаций в возрасте от 15 лет и старше.

Заявки на участие (приложение 2) и видеоматериалы должны быть высланы одним письмом на электронную почту: sportclub_egu@mail.ru

6. Определение победителей и награждение

Победители и призёры будут определены в 2 возрастных категориях:

1 возрастная категория – обучающиеся общеобразовательных учреждений и сузов (не моложе 15 лет);

2 возрастная категория – обучающиеся вузов.

Победители и призеры в каждой возрастной категории награждаются грамотами и медалями соответствующей степени. Наградной материал будет направлен победителям и призерам соревнований на указанные адреса почтой России либо одной из транспортных компаний (по согласованию) в период с 15 марта по 1 апреля 2026 г.

Все участники, а также их тренеры и представители получат электронные именные сертификаты. Всем образовательным организациям, принявшим участие в соревнованиях, будут высланы электронные благодарственные письма на имя их руководителей.

7. Требования к видеоматериалам

Видеоматериалы должны удовлетворять следующим требованиям:

- быть записаны в формате MP4;
- иметь хештэги с наименованием учебного заведения, которое представляет участник соревнований (пример: #ЕГУим.И.А.Бунина);
 - изображение должно быть в высоком качестве - минимум 720р или 1080р при хорошем освещении;
 - монтаж: категорически запрещены склейки, наложения эффектов или замена оригинального звука, видео должно быть цельным дублем;
 - хронометраж показательного выступления без учета дополнительных действий (представления участника) не более 2:00;
 - ракурс съемки должен быть фронтальным и предоставлять возможность судьям видеть последовательность выполнения всех технических действий, элементов выступления;
 - обзор видео должен быть таковым, чтобы спортсмен и снаряд были полностью видны в кадре в любой точке (и на полу, и в верхней точке снаряда);
 - фон видеозаписи должен быть однотонным, не отвлекающим, без посторонних людей и лишних предметов;
 - на видео должна быть отчетливо слышна музыка, под которую выполняется программа.

Видеозапись должна содержать следующие действия в следующей последовательности:

- озвучивание каждым участником **фамилии, имени, названия соревнований** (пример: Иванов Иван – участник открытых онлайн-соревнований по воздушно-силовой атлетике в дисциплине «воркаут фристайл»), **команды** (вуза, учебного заведения), которую он (она) представляет;

- демонстрацию техники выполнения показательного выступления.

8. Финансовые расходы

Финансовые расходы, связанные с проведением соревнований, награждением победителей и призеров за счет средств ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина», спонсорской помощи.

9. Использование фото и видеоматериалов

Участники Соревнований дают согласие на использование своих изображений (фото и видео), полученных организаторами в результате проведения Соревнований, либо предоставленных самими участниками, в рекламных, информационных и иных материалах, размещаемых на наружных и внутренних стенах, в печатных изданиях, в сети Интернет без выплаты вознаграждения.

Участники представляют организатору право в дальнейшем использовать их изображения полностью или фрагментарно.

10. Условия обработки персональных данных участников Соревнований

Подавая заявку, каждый участник Соревнований дает тем самым согласие на обработку своих персональных данных, необходимых для оценивания, подведения и озвучивания результатов и итогов Соревнований, награждения их победителей и призеров (ФИО, дата рождения, название института/факультета, курса и группы участника), отправки наградной атрибутики (адрес электронной почты, почтовые данные, адрес места жительства) и т.д.

Контактная информация: контактная информация: 8-920-531-9999,

eleckaraseva@rambler.ru (Карасева Елена Николаевна)

Darki6664@mail.ru (Водопьянов Александр)

Приложение 1

Утверждаю:
Проректор по воспитательной работе и
молодежной политике
ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина»

_____ М.А. Харламова

Состав Организационного комитета и главной судейской коллегии открытых онлайн-соревнований по воздушно-силовой атлетике в дисциплине «воркаут фристайл», посвященных празднованию Дня защитника Отечества

1. Председатель Оргкомитета – Антипина Екатерина Васильевна – начальник Управления по воспитательной работе и молодежной политике ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина».

2. Заместитель Председателя Оргкомитета – Прокофьев Игорь Евгеньевич – старший преподаватель кафедры физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности, директор спортивного клуба Управления по воспитательной работе и молодежной политике ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина» (главный судья Фестиваля).

Члены Оргкомитета:

1. Карасева Елена Николаевна – доцент кафедры физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина» (**главный секретарь соревнований**).

2. Карташова Елена Владимировна – старший преподаватель кафедры физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина» (**зам. главного секретаря соревнований**).

3. Малахова Екатерина Васильевна – председатель студенческого спортивного клуба «Добрыня» ФГБОУ ВО «ЕГУ им. И.А. Бунина».

Главный судья соревнований -

Зам. главного судьи – Водопьянов Александр – руководитель Спортивной организации «Street Workout Elets».

ЗАЯВКА

Команды _____

на участие в открытых онлайн-соревнованиях по воздушно-силовой атлетике
в дисциплине «воркаут фристайл»,
посвященных празднованию Дня защитника Отечества

№	Ф.И.О.	Дата рождения	Институт/факультет	Курс, группа	Личная подпись участника

Представитель команды: _____ / _____ /
подпись _____ ФИО _____

**Руководитель
образовательного учреждения:** _____ / _____ /
подпись _____ ФИО _____
М.П.

Контактные данные ОУ:
телефон _____
адрес электронной почты _____