

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ «СОШ №32 им. Г. А.  
Сборщикова» г. Перми  
/Гликсон А. М./

## Положение

### о проведении соревнований по чирлидингу среди команд школьных спортивных клубов общеобразовательных учреждений г.Перми

#### Цель

Соревнования проводятся с целью формирования разносторонне физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, оптимизации трудовой деятельности, умеющей использовать ценности физической культуры и в частности средств чирлидинга для укрепления и сохранения собственного здоровья, организации активного отдыха.

#### Место и сроки проведения

Соревнования состоятся \_\_\_\_\_ с 10.00 до 15.00 в здании спортивного комплекса МАОУ «СОШ №32 им. Г. А. Сборщикова» г. Перми по адресу: ул. Советская, 102А (вход со стороны ул. Матросова).

#### Участники

Соревнования проводятся между командами школьных спортивных клубов общеобразовательных учреждений (далее-ШСК). Каждая команда выполняет групповое упражнение под музыкальное сопровождение (фонограмму). Характер выполнения движений - танцевальный и спортивно-гимнастический.

##### ■ Количественный состав участников

Количество участников в команде от 8 до 16 человек (независимо от пола).

##### ■ Возрастные категории участников

В соревнованиях участвуют учащиеся с 1 по 11 класс.

#### Требования к проведению соревнований

##### ■ Порядок выступлений команд

Порядок выступлений команд в состязании определяется жеребьёвкой.

##### ■ Вид соревнований

Соревнования проводятся в номинации чир - данс:

Все участники команды выполняют упражнение одновременно и синхронно.

##### ■ Площадка для выступлений

Групповое упражнение выполняется на площадке размером 12x12 м. Площадка должна быть выделена ярко окрашенной линией, которая служит ориентиром для участников и иметь соответствующее покрытие. Заступ за обозначенную линию площадки не наказывается снижением оценки за выступление.

##### ■ Длительность программы

Длительность программы составляет от 2 мин 00 сек до 2 мин 30 сек. После того, как выступление объявлено, команда должна выйти и занять место на площадке.

Отчёт времени выступления начинается с первого звукового сигнала музыки и завершается также концом музыкального сопровождения. По окончании выступления команда покидает площадку.

Если участники выполнили программу длительностью менее 2 минут, то она не оценивается.

##### ■ Повторное выполнение упражнения

Если команда не смогла начать выступление по независящим от неё причинам или же оно было прервано (к примеру, фонограмма), то разрешено повторное выполнение. Разрешено одно повторное выполнение программы (с начала), если произошёл сбой программы по вине участников,

но это влияет на оценку судей.

#### ■ Музыкальное сопровождение

Команда должна представить в оргкомитет соревнований фонограмму выступления на электронном носителе.

#### ■ Одежда участников

Все члены команды должны быть одеты в одинаковую форму, в соответствии стандартам чирлидинга.

Не разрешается использование съемных частей костюмов и не допускается снятие одежды во время выступления. Нижнее белье не должно быть видно.

Нижней частью костюма могут быть юбка, шорты, брюки.

Верхней частью костюма топ, водолазка, жилет и т.д.

Обувь – кроссовки. Запрещается использовать обувь на каблуках и платформе.

В целях соблюдения техники безопасности во время выступления запрещается носить ювелирные украшения (кольца, серьги, цепочки и т.п.)

Прически должны быть аккуратными: волосы должны быть убраны с лица и собраны в хвост или «пучок».

#### **Требования к композиции (программе) выступления**

- Программа выступления должна представлять из себя спортивное выступление, в котором все участники выполняют движения синхронно, одновременно и непрерывно. Возможно солирование в течение 8 счетов.

- Возможно использование в программе помпонов для украшения программы (по желанию).

- Возможно использование средств агитации (флаги, плакаты, мегафоны и т.п.)

- Обязательно использовать кричалки, лозунги для поднятия духа и презентации своего клуба.

- В программе могут быть использованы чир и данс элементы (пирамиды, станты, акробатика, поддержки, танцевальные элементы, махи, прыжки, шпагаты и т.д.).

- В программе должны быть использованы обязательные элементы:

- кричалка с повторяющимися словами не менее 20 сек. без музыкального сопровождения,

- минимум один стант,

- минимум одна пирамида (не выше 1,5 человеческого роста),

- минимум один чир прыжок (выполняет вся команда),

- минимум один акробатический элемент,

- чир-данс – строится на основе базовых движений рук чирлидинга.

Описание элементов смотреть в приложении.

#### **Судейство**

Судьи по артистизму выступления оценивают:

- ✓ оригинальность хореографии;

- ✓ использование музыкального сопровождения, отражение его темпа и ритмических характеристик;

- ✓ взаимодействие между членами группы;

- ✓ эмоциональность, внешний вид, который должен гармонировать с характером движений;

- ✓ наличие перестроений в процессе выполнения программы.

Судьи по технике оценивают:

- ✓ сложность хореографии;

- ✓ технически правильное положение рук, ног и стоп;

- ✓ контроль осанки;

- ✓ синхронность исполнения;

- ✓ быстроту и четкость перемещений;

- ✓ уровень интенсивности программы.

Судьи выводят свои оценки, учитывая следующие сбавки за ошибки

- Сбой программы, падение, повторное выполнение (по вине участников) - 1 балл

- Частичное невыполнение программы (остановились и не доделали до конца, паузы по 1 и более «восьмёрок») - 2 балла

Общий балл складывается из суммы баллов всех судей. При равенстве суммы баллов победившей считается та команда, которая имеет высшую оценку.

#### **Определение победителей**

Судейская коллегия проводит оценку выступления в соответствии с критериями указанными в настоящем положении. В случае равного количества баллов победители определяются решением судейской бригады с учетом оценок за технику.

#### **Награждение**

Команды победителей и призёров награждаются медалями, кубками и грамотами департамента образования администрации г. Перми.

#### **Заявки**

Заявки (образец прилагается) подаются на мандатную комиссию в М КУ ДО «Центр по физической культуре, спорту и здоровьесбережению» г. Перми по адресу: ул. Чкалова, 48 в установленные сроки.

#### **Протесты**

Протесты по претензии к участникам других команд принимаются в течение 30 минут после объявления результатов соревнований.

Протесты по судейству соревнований и занятому месту **не принимаются**. Качество судейства и объективность выставленных оценок определяются уровнем квалификации судейской коллегии.

*Данное положение является вызовом на соревнования.*

*Ответственность за безопасность, жизнь и здоровье, а также сохранность ценных вещей участников, несёт представитель команды.*

Заявка  
на участие в соревнованиях по чирлидингу  
среди команд ШСК общеобразовательных учреждений г.Перми

Название ШСК \_\_\_\_\_ №ОУ \_\_\_\_\_

№	Фамилия Имя	Класс	Виза врача

Руководитель ОУ \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ М.П.

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

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Всего допущено \_\_\_\_\_ человек (прописью) М.П.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** виза врача – это подпись и печать врача или печать районной поликлиники напротив каждого участника в заявке (печать ОУ недействительна)

## Приложение

Базовые элементы чирлидинга.

### 2.3.3. Базовые положения тела и рук при выполнении программ



Руки на бедрах



Класс



Класс



Лоу Ви



Хай Ви



Хай таунаун



К

Кинжалы



Панч



Г



Лоу таунаун



Выпад вперед



Ломансе Г



Диагональ



Выпад в сторону



Луки и стрела

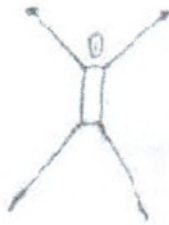


Т

#### 2.3.4. Базовые чир-прыжки

Выполняется, как минимум, два прыжка по выбору. При выполнении прыжков участвует 100% команды.

Варианты прыжков по мере возрастания сложности



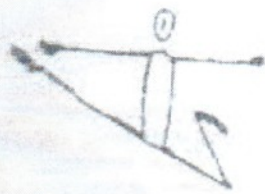
**Стрелд – Straddle**  
Прыжок ноги врозь (ноги прямые).



**Абстракт – Stag eli double hook**  
Одна нога поднята перед корпусом, согнута, колено направлено во внешнюю сторону; другая – отведена назад – колено максимально согнуто и направлено во внешнюю сторону.



**Грушировка – Tuck**  
Ноги вместе подняты, колени максимально согнуты и прижаты к груди.



#### Херки – Hekkie

Одна нога прямая, поднята в сторону; вторая – отведена назад, колено согнуто, направлено во внешнюю сторону



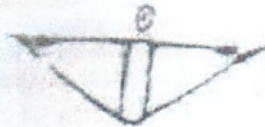
#### Хедлер (Барьерист) – Hurdler

Одна нога прямая поднята вверх как можно выше; вторая – согнута, колено направлено вниз.



#### Двойная девятка – Double Nine

Одна нога поднята, колено согнуто и направлено во внешнюю сторону; вторая – прямая поднята вперед горизонтально пола. Руки повторяют положение ног, изображая девятку.



#### Той-Тач – Toe Touch

Ноги подняты в стороны как можно выше (по диагонали); колени прямые. Руки в позиции Т (как вариант).



#### Пайк – Pike

Прямые соединенные вместе ноги подведены вперед как можно выше. Руки вытянуты вперед.



#### Вокруг света – Round the World

Сначала выполняется прыжок «Пайк», затем в верхнем положении ноги переводятся в положение «Той-Тач»; приземление на две ноги. Руки следуют за ногами.



### 2.3.5. Шагаты и махи

Выполнение любого из шагатов должно быть обязательно зафиксировано несколькими секундами.

Варианты шагатов по мере возрастания сложности



Шагат на правую ногу



Шагат на левую ногу



Поперечный шагат

#### Варианты махов по мере возрастания сложности



Мах в сторону



Мах вперед



Мах назад (вариант – вертикальный шагат)

#### **2.3.6. Станты**

*Станты* - поддержки, выполняются минимально двумя, максимум пятью участниками команды. В составе программы может использоваться несколько стантов различной конфигурации. При построении стантов действуют правила построения пирамид. Отсутствие страховки при выполнении стантов считается нарушением правил.

Примеры действий бровых спортсменов во время выполнения стантов по мере возрастания сложности (способы подъема на станти):

1. Навыки взбирания - Climbing Skill  
Заход в стойку на плечах одиночной базы.  
Стойка на внешней стороне бедра.  
Боковая стойка на бедре (с либерти флажком).  
Стреда на плечах базы.  
Угол.



Примеры пирамид:

2 уровень  
1,5 роста

