

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент МРДЮОО ФХГМО

Н.Ю. Найденова

«25» мая 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

Учебно-тренировочный сбор **по художественной гимнастике** **«Звезда Арктики»**

**Под руководством Президента Федерации художественной гимнастики
Мурманской области Найденовой Натальи Юрьевны.**

1. Цели и задачи:

- Популяризация и развитие художественной гимнастики на профессиональном уровне;
- Изменение и усложнение индивидуальных и групповых упражнений по новым правилам;
- Обмен опытом, повышение уровня спортивного мастерства и подготовленности гимнасток;
- Общая физическая подготовка спортсменок;
- Развитие общей и специальной подготовки;
- Обучение и совершенствование навыков работы с предметами;
- Обучение различным стилям танцевального искусства;
- Развитие пластики и артистичности посредством классической и современной хореографии.

2. Сроки и место проведения учебно-тренировочного сбора (далее УТС):

Даты проведения УТС 21 августа – 27 августа 2023г.

Место проведения УТС – г. Мурманск, Долина Уюта, 6, Легкоатлетический манеж

21 августа 2023 г. – общее построение, начало тренировки 10:00;

21 августа - 27 августа 2023 г. – учебно-тренировочные сборы;

27 августа 2023 г. - отъезд после 18:00.

Информация по костюмам на гала-концерт будет направлена дополнительно

3. Состав специалистов УТС:

Галкина Екатерина Александровна – Белорусская гимнастка. Заслуженный мастер спорта по художественной гимнастике. Участница Олимпийских игр 2016 года, призер Чемпионатов Мира и Европы. Член национальной сборной.

Полунина Анна Сергеевна – Мастер спорта России по художественной гимнастике. Тренер Высшей категории. Старший тренер отделения МФСО «Спартак» по художественной гимнастике в г. Санкт-Петербург. Руководитель и старший тренер КХГ «Centr.sport». Специалист УТС МФСО «Спартак» под руководством Сиротиной Е.С.; специалист УТС под руководством Дарьи Шкурихиной. Помощник постановщика показательных номеров для проектов «Синяя Птица» и «Шоу Олимпийских Чемпионов». Отмечена благодарственным письмом Комитета по физической культуре и спорта.

Желнина Лилия Сергеевна – Хореограф и тренер по художественной гимнастике. Мастер спорта России по художественной гимнастике. Педагог CID SPB ACADEMY (CID UNESCO). Директор фестивально-конкурсных программ CID SPB. Руководитель хореографических коллективов лауреатов Международных и Всероссийских конкурсов. Автор методики по растяжке. Отмечена благодарностью комитета по Спорту и медалью за сохранение нематериального культурного наследия.

Татарчук Екатерина Романовна – Чемпионка Мира по эстетической гимнастике. Спортивный психолог, стаж работы 10 лет. Окончила Кубанский Государственный Университет, кафедра дошкольной педагогики и психологии. Аспирантура: кафедра психологии личности, тема диссертации «Детерминанты условий адаптации спортсменов».

Пятницкий Григорий Борисович – Хореограф, педагог, артист Мариинского театра. Многократный лауреат Международных конкурсов исполнительного и хореографического мастерства. Окончил Академию русского балета им. А.Я. Ваганова. Гастролировал в странах Европы, Америке и ОАЭ.

Еременко Елена Викторовна – Мастер спорта международного класса по художественной гимнастике. Абсолютная победительница Всемирной Летней Универсиады в групповых упражнениях в 2013 году, в Пекине. Призер Чемпионата России по художественной гимнастике в групповых упражнениях.

Подолько Виктория Вячеславовна – Мастер спорта по художественной гимнастике, тренер Высшей категории, воспитанницы победители и призеры Первенств и Чемпионата СЗФО России, финалисты Первенств России.

*Организаторы оставляют за собой право изменение тренерского состава в случае форс-мажора.

4. Программа учебно-тренировочного сбора:

Основные спортивные дисциплины:

- Две 3х-4х часовые тренировки в день;
- ОФП, СФП;
- Предметная подготовка;
- Техника выполнения элементов (прыжки, повороты, равновесия);
- Развитие мастерства;
- Классическая хореография;
- Психологическая подготовка;
- Танцевальная подготовка;
- Отработка личных и групповых программ;

Индивидуальные спортивные дисциплины:

- Постановка программ (по предварительной записи)
- Индивидуальная работа со специалистами УТС (по предварительной записи)

5. Участники учебно-тренировочного сбора:

На УТС приглашаются гимнастки 2018 г.р. и старше, не имеющих проблем со здоровьем и медицинских противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой.

*Все участницы сборов делятся на возрастные группы по уровню подготовки.

Необходимо взять с собой:

Спортивная форма – черные лосины (шорты), черный купальник (майка, футболка), белые носки, спортивные тапочки (полупальцы), сланцы, кроссовки, спортивный костюм, утяжелители, жгуты (резина), наколенники, предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента), мячики для большого тенниса (2 шт.).

Каждая участница получает от организаторов памятный подарок после завершения УТС.

6. Гимнастки допускаются к учебно-тренировочным сборам:

- По предварительной регистрации
- При наличии свидетельства о рождении и медицинского полиса;
- При наличии заявки с медицинским допуском ОФМД или справки;
- При наличии спортивной страховки (от несчастных случаев);

Количество мест ограничено!!!

Расходы по командированию, питанию, проживанию, проезду участников и проведению УТС несут командирующие организации.

7. Заявка на участие:

Заявки на участие в УТС принимаются до 20 июня 2023 на электронную почту:
nastuska011@yandex.ru

Дополнительная информация по телефону:

+7-964-307-30-21 Наталья Юрьевна Найденова
+7-980-059-28-87 Найденова Анастасия Игоревна

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА УТС ЗВЕЗДА АРКТИКИ!!!
**Данное положение является официальным вызовом
на учебно-тренировочные сборы.**