

**«УТВЕРЖДАЮ»**

***Председатель правления ДЛПП***

\_\_\_\_\_ ***Беляков Д.А.***

***1 августа 2017г.***

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**О проведении открытого областного Кубка «Детской Лиги  
плавания «Поволжье» в 2017-2018 учебном году**

**г.Пенза**

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.**

- Формирование здорового образа жизни, повышение социальной активности и духовного воспитания детей;
- Популяризация и развитие спортивного плавания;
- Повышение интереса спортсменов к занятиям плаванием;
- Выявление одаренных и перспективных спортсменов.

## **2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ.**

Общее руководство организацией и проведением кубка возлагается на президиум «Детской Лиги плавания «Поволжье», непосредственное проведение на судейскую коллегию:

**Главный судья:** Сватухин Дмитрий Александрович - ВК

**Главный секретарь:** Плотников Сергей Дмитриевич - 1 кат.

**Рефери:** Безруков Михаил Николаевич -1 кат

## **3. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ.**

Соревнования Кубка ПОСДЮСШОР ввс на призы «Детской Лиги плавания «Поволжье» по плаванию будут проводиться в течении года (даты указаны ниже) в г.Пенза ДВС «Сура» (25м), ДС «Буртась» 50м, ДС «Дельфин» 25м ( возможно некоторые этапы будут проходить в других бассейнах). Начало соревнований:

Время, начала соревнований будет вывешиваться на сайте в информационном письме за 3-4 дня до соревнований.

## **4. СОСТАВ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ.**

В соревнованиях открытого областного Кубка по плаванию «Детской Лиги плавания «Поволжье» принимают участие спортсмены Пензенской области и других городов.

К соревнованиям допускаются спортсмены 7 возрастных групп, имеющих допуск врача к участию в соревнованиях по плаванию, и действующий страховой полис:

**Возрастные группы:**

*1999-2003г.р. (квота 60чел.);*

2004-2005г.р. (квота 100чел.);

2006г.р. (квота 80чел.);

2007г.р. (квота 100чел.);

2008г.р. (квота 100чел.);

2009г.р. (квота 110чел.);

2010г.р. (квота 110чел.).

Квота – это максимальное количество участников одного этапа, регистрация участников заканчивается, когда выбрана квота в их возрастной группе.

Участники Кубка выступают согласно своей возрастной группы. В итоговый зачет идут дистанции предусмотренные положением по возрастным группам.

## 5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

### 2010 г.р.

№ этапа	Дата проведения	Дистанции
3	4.11.2017	25м ноги кроль н/сп 25м ноги кроль на груди с доской
4	2.12.2017	25м н/сп
6	27.01.2018	25м в/ст
7	03.02.2018	50м н/сп
8	17.03.2018	100м н/сп
9	14.04.2018	50м в/ст
10	12.05.2018	1) Скольжение с толчка от борта 3м (сек) 2) Скольжение со старта 5м (сек) 3) Проныривание со старта с работой ног дельфином (м) 4) 7 упр. ОФП (смотреть приложение №2)

### 2009 г.р.

№ этапа	Дата проведения	Дистанции
1	23.09.2017	1) Скольжение с поворота от борта 3м (сек.) 2) Скольжение со старта 5м (сек.) 3) Проныривание со старта с работой ног дельфин «стрелкой» (м) 4) 7 упр. ОФП (смотреть приложение №2)
2	15.10.2017	25м в/ст +25м н/сп
3	04.11.2017	25м батт
4	02.12.2017	25м брасс
5	20.01.2018	100м н/сп
6	27.01.2018	100м к/пл
8	17.03.2018	100м в/ст
9	14.04.2018	200м по выбору
10	12.05.2018	200м к/пл

2008 г.р.

№ этапа	Дата проведения	Дистанции
1	23.09.2017	1) Скольжение с поворота от борта 3м (сек) 2) Скольжение со старта 5м (сек) 3) Проныривание со старта с работой ног дельфином «стрелкой» (м) 7 упр. ОФП (смотреть приложение №2)
2	15.10.2017	100м к/пл
3	04.11.2017	100м н/сп
4	02.12.2017	100м в/ст
5	20.01.2018	100м брасс
6	27.01.2018	200м к/пл
7	03.02.2018	400м в/ст или 800м в/ст
8	17.03.2018	50м батт
9	14.04.2018	200м по выбору
10	12.05.2018	2*50м по выбору

1999-2007 г.р

№ этапа	Дата проведения	Дистанции
1	23.09.2017	1) Скольжение с поворота от борта 3м (сек) 2) Скольжение со старта 5м (сек) 3) Проныривание со старта с работой ног дельфином «стрелкой» (м) 7 упр. ОФП (смотреть приложение №2)
2	15.10.2017	100м к/пл+50м по выбору
3	04.11.2017	100м или 200м брасс
4	02.12.2017	100м или 200м н/сп
5	20.01.2018	200м или 400м к/пл
7	03.02.2018	800м или 1500м в/ст
8	17.03.2018	50м батт
9	14.04.2018	100м или 200м в/ст
10	12.05.2018	День рекордов. Любая дистанция по выбору.
11	26.05.2018	2*50м по выбору

09.06.2018 – Итоговое праздничное награждение у всех возрастных групп состоится в парке Белинского.

Спортсмены плавут дистанции кубка во время обозначенное в положении кубка.

Переплывы дистанций, пропущенных спортсменом по разным причинам - не допускаются!

Оргкомитет оставляет за собой право переносить даты и время начала соревнований, по объективным причинам.

## 6. НАГРАЖДЕНИЕ.

Победители и призеры на каждом этапе, в каждой возрастной группе отдельно среди мальчиков и девочек определяются по таблице очков FINA (по сумме, если стартуют две дистанции на этом этапе; и по наибольшему количеству набранных очков, если стартуют дистанции по выбору (например: 100м или 200м в/ст, стартуют одну дистанцию, а призеры определяются на этапе по наибольшему количеству очков, независимо от того 100м или 200м плыл)) и награждаются дипломами и денежными сертификатами:

**1 место - 200руб.; 2 место - 150руб.; 3 место - 100руб.**

В возрастных группах 2010г.р. и моложе, 2009г.р. за 4-10 место памятный приз. В возрастной группе 2008г.р. и 2007г.р. за 4-8 место памятный приз. **Сертификаты можно накапливать в течение года и затем выбрать приз на сумму всех сертификатов или больше (с доплатой).**

**Сертификат можно обменять в любое время и на любой ассортимент, представленный в магазине «ДругСпорта».**

В конце учебного года проходит итоговое награждение по сумме набранных на всех этапах очков среди спортсменов в каждой возрастной группе отдельно среди мальчиков и девочек:

- за 1-3 место диплом, медаль, денежный сертификат;
- за 4-5 место диплом, денежный сертификат;
- если в возрастной группе более 40 человек за 6-10 место денежный сертификат или ценный приз;
- если в возрастной группе более 60 человек за 11-15 место денежный сертификат или ценный приз;
- если в возрастной группе 100-110 человек за 16-20 место денежный сертификат или ценный приз.

Подводятся итоги конкурсов «Лучший тренер открытого областного Кубка Детской Лиги плавания «Поволжье» (определение победителей и призеров смотреть в приложении №1) и «Лучшее отделение (школа) открытого областного Детской Лиги плавания «Поволжье» (определение победителей и призеров смотреть в приложении №1).

Организаторы оставляют за собой право утверждать дополнительные призы.

## **7. ФИНАНСИРОВАНИЕ.**

Расходы, связанные с награждением победителей и призеров за счет стартовых взносов, аренду бассейна, организацию судейства, организацию медицинского обеспечения и другие расходы, связанные с проведением соревнований за счет Детской Лиги плавания «Поволжье».

**Стартовый взнос 150руб. (благотворительные пожертвования) с каждого участника за один этап соревнований.**

Взнос перечисляется на расчетный счет организации и не принимается наличным расчетом.

Реквизиты: будут вывешены на сайте: [www.dlpp.ru](http://www.dlpp.ru)

## **8. ЗАЯВКИ.**

Прием технических заявок заканчивается в пятницу до 13.00 за неделю до начала соревнований, начинается сразу по окончании предыдущего этапа (это связано с арендой дорожек в бассейне). Последние изменения можно вносить за **1 день** до начала соревнований.

## **9. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И БЕЗОПАСНОСТЬ.**

Ответственность за безопасность и здоровье участников возлагается на тренеров-преподавателей и представителей команд.

*Организаторы соревнований не несут ответственности за жизнь и здоровье, а также материальные ценности участников в период проведения соревнований.*

## **ОРГКОМИТЕТ**

Данное положение является официальным вызовом для участия в соревнованиях.

**Лучший тренер открытого областного Кубка «Детской Лиги плавания «Поволжье» 2017-18 уч. года**

1.Зачет по возрастным группам по сумме очков набранных спортсменами по таблице FINA (или таблице 1994 года) и вошедших в топ 10 мальчиков и девочек.

2.Зачет на звание лучшего тренера Кубка (абсолютный) по сумме очков, набранных в одной из возрастных групп по следующей таблице (т.к. сравнить по таблице очков FINA (или 1994 года) разные возрастные группы невозможно)

<b>1 место - 15 баллов</b>	<b>6 место - 5 баллов</b>
<b>2 место - 12 баллов</b>	<b>7 место - 4 балла</b>
<b>3 место - 10 баллов</b>	<b>8 место - 3 балла</b>
<b>4 место - 8 баллов</b>	<b>9 место - 2 балла</b>
<b>5 место - 6 баллов</b>	<b>10 место - 1 балл</b>

**Лучшее отделение (школа) открытого областного Кубка «Детской Лиги плавания «Поволжье»**

**Определяется по сумме баллов, набранных тренерами отделения (школы) в конкурсе на звание  
«Лучший тренер открытого областного Кубка «Детской Лиги плавания «Поволжье»**

## Оценка 1-го этапа открытого областного Кубка ДЛПП по плаванию.

## ОФП

1) Бросок набивного мяча (вес 1кг) м

Кол-во очков	Мальчики (м)	Девочки (м)
50	11	8.00
45	10	7.25
40	9	6.50
35	8	5.75
30	7	5.00
25	6	4.25
20	5	3.50
15	4	2.75
10	3	2.00
5	2	1.50
0	Меньше 2	Меньше 1.5

2) Выкрут прямых рук вперед-назад (см)

Кол-во очков	Мальчики (см)	Девочки (см)
50	0	0
45	10	10
40	15	15
35	20	20
30	25	25
25	30	30
20	35	35
15	40	40
10	45	45
5	50	50
0	Более 50	Более 50



3) Пресс - подъем туловища из положения, лежа на спине ноги согнуты, руки на плечах за 20 сек.

<b>Кол-во очков</b>	<b>Мальчики (кол-во раз)</b>	<b>Девочки (кол-во раз)</b>
50	30	28
45	28	26
40	26	24
35	24	22
30	22	20
25	20	18
20	18	16
15	16	14
10	14	12
5	12	10
0	Меньше 12	Меньше 10

4) Прыжок в длину с места (см)

<b>Кол-во очков</b>	<b>Мальчики (см)</b>	<b>Девочки (см)</b>
50	250	220
45	240	210
40	230	200
35	220	190
30	210	180
25	200	170
20	190	160
15	180	150
10	170	140
5	160	130
0	Менее 160	Менее 130

5) Гибкость – наклон вперед, сидя на полу (ноги прямые на ширине 60см)

<b>Кол-во очков</b>	<b>Мальчики (см)</b>	<b>Девочки (см)</b>
50	-40	-40
45	-35	-35

40	-30	-30
35	-25	-25
30	-20	-20
25	-15	-15
20	-10	-10
15	-5	-5
10	0	0
5	5	5
0	Более 5	Более 5

6) Упор присев-упор лежа, кол-во раз за 20 сек.

Кол-во очков	Мальчики (раз)	Девочки (раз)
50	30	26
45	28	24
40	26	22
35	24	20
30	22	18
25	20	16
20	19	15
15	18	14
10	17	13
5	16	12
0	Менее 16	Менее 12

7) Запрыгивание на перекладину (высота- до уровня подбородка) кол-во раз за 20 сек.

Кол-во очков	Мальчики (кол-во раз)	Девочки (кол-во раз)
50	25	20
45	23	18
40	21	16
35	19	14
30	17	12
25	15	10

20	14	9
15	13	8
10	12	7
5	11	6
0	Менее 11	Менее 6

### Технические упражнения в воде

<b>Система оценки результатов</b>		
<b>Старт в скольжение</b>	<b>Поворот в скольжение</b>	<b>Проныривание</b>
<b>Более 4 сек. – 0 баллов</b>	<b>Более 4 сек. - 0 баллов</b>	<b>Менее 10 м – 0 баллов</b>
<b>Менее 4 сек. – 10 баллов</b>	<b>Менее 4 сек. - 10 баллов</b>	<b>Более 10 м –10 баллов</b>
<b>Менее 3.5 сек. – 20 баллов</b>	<b>Менее 3.5 сек. - 20 баллов</b>	<b>Более 15 м - 20 баллов</b>
<b>Менее 3 сек. - 30 баллов</b>	<b>Менее 3 сек. - 30 баллов</b>	<b>Более 20 м – 30 баллов</b>
<b>Менее 2.5 сек. - 40 баллов</b>	<b>Менее 2.5 сек. - 40 баллов</b>	<b>Более 35 м - 40 баллов</b>
<b>Менее 1.5 сек. - 50 баллов</b>	<b>Менее 2 сек. - 50 баллов</b>	<b>Более 45 м – 50 баллов</b>