

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель министра
физической культуры и
спорта Краснодарского края


В.Е. Пермяков
28.02.18


УТВЕРЖДАЮ
Президент ККОСО
«Федерация акробатического
рок-н-ролла Кубани»


Е.В. Титова


ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении краевых соревнований по акробатическому рок-н-роллу
на 2018 год

г. Краснодар

1. Введение

Соревнования по акробатическому рок-н-роллу проводятся в соответствии:

- с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Краснодарского края на 2018 год;
- в соответствии с Правилами вида спорта «акробатический рок-н-ролл», утверждёнными приказом Минспорта России от 22 января 2018 года № 50.

Настоящее Положение регулирует вопросы, связанные с организацией и проведением спортивных мероприятий по акробатическому рок-н-роллу на территории Краснодарского края и является основанием для командирования спортсменов, представителей, тренеров, судей и других специалистов в составе делегаций на краевые соревнования.

2. Цели и задачи проведения

Краевые соревнования по акробатическому рок-н-роллу проводятся с целью:

- развития и популяризация акробатического рок-н-ролла в Краснодарском крае;
- привлечения детей и молодежи к активному образу жизни, занятиям физической культурой и спортом;
- повышения уровня спортивного мастерства спортсменов;
- выполнение спортивных разрядов по акробатическому рок-н-роллу;
- выявления сильнейших спортсменов для комплектования спортивной сборной команды Краснодарского края для участия во всероссийских соревнованиях;
- повышения квалификации тренеров и судей.

3. Организаторы соревнований

Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края (далее – министерство ФКиС) определяет условия проведения спортивных соревнований, предусмотренных данным Положением.

Организация и проведение соревнований возлагается на Краснодарскую краевую общественную спортивную организацию «Федерации акробатического рок-н-ролла Кубани» (далее – ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани»).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на главные судейские коллегии.

Судейские коллегии соревнований формируются в соответствии с квалификационными требованиями спортивных судей по видам спорта, утвержденными приказами Министерства спорта Российской Федерации и предоставляются в министерство ФКиС не позднее 14 дней до начала проведения соревнований.

4. Календарь спортивных соревнований

№ п/п	Наименование спортивного мероприятия	Возрастная группа	Наименование спортивной дисциплины в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта	Сроки проведения	Место проведения
1.	Чемпионат и первенство Краснодарского края	мальчики девочки юноши девушки юниоры юниорки мужчины женщины	«А класс-микст» «В класс-микст» «М класс-микст» «Формейшн» «Формейшн-микст»	03.03	Краснодар
2.	Открытый краевой турнир, посвященный Дню Победы	мальчики девочки юноши девушки юниоры юниорки мужчины женщины	«А класс-микст» «В класс-микст» «М класс-микст» «Формейшн» «Формейшн-микст»	05.05	Краснодар
3.	Открытый краевой турнир «Золотая осень-2018»	мальчики девочки юноши девушки юниоры юниорки мужчины женщины	«А класс-микст» «В класс-микст» «М класс-микст» «Формейшн» «Формейшн-микст»	14.10	Краснодар

5. Обеспечение безопасности участников и зрителей

1. Спортивные соревнования проводятся на спортивных сооружениях Краснодарского края, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и Краснодарского края, направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

Ответственные исполнители:

- руководители муниципальных органов управления физической культуры и спорта Краснодарского края;
- руководитель спортивного сооружения;
- главный судья спортивного соревнования;
- ответственный медицинский работник.

2. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 1 марта 2016 года № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

6. Страхование участников

Участие спортсменов в краевых соревнованиях осуществляется только при наличии договора (оригинал) о страховании от несчастных случаев, жизни и здоровья, который предоставляется в мандатную комиссию на каждого участника спортивного соревнования.

Страхование может производиться как за счет бюджетных, так и внебюджетных средств, в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации и Краснодарского края.

7. Календарные мероприятия

7.1 Чемпионат и первенство Краснодарского края

7.1.1 Классификация спортивного соревнования

Соревнования уровня субъекта Российской Федерации, лично-командные.

7.1.2 Место и сроки проведения

Место проведения: г. Краснодар, ул. Пригородная, 24, ГБУ КК «Многофункциональный спортивный комплекс» («Баскет-Холл», тренировочная арена).

Сроки проведения: 3 марта 2018 года.

7.1.3 Организаторы спортивного соревнования

Организация и проведение соревнований возлагается на ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани», государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Региональный центр спортивной подготовки сборных команд Краснодарского края» (далее – ГБУ КК «РЦСП»).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани» и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований назначается президиумом ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани».

7.1.4 Требования к участникам и условия их допуска

К участию в первенстве Краснодарского края допускаются спортсмены в составе спортивных сборных команд муниципальных образований Краснодарского края в возрастной категории: мальчики и девочки до 12 лет (2007-2012 г.р.), юноши и девушки до 15 лет (2004-2006 г.р.), юниоры и юниорки до 18 лет (2001-2003 г.р.). Состав команды не ограничен.

В соревнованиях первенства Краснодарского края отдельные очки в зачет Спартакиады получают только те спортсмены, которые включены в состав сборной команды муниципального образования и отдельно заявленные для участия в IV летней Спартакиаде молодежи Кубани 2018 года. Состав спортивной сборной команды муниципального образования до 36 спортсменов, до 3 тренеров.

К участию в чемпионате Краснодарского края допускаются спортсмены в составе спортивных сборных команд муниципальных образований Краснодарского края в возрастной категории: мужчины, женщины (2000 г.р. и старше).

Одежда спортсменов – в соответствии с правилами спортивного костюма Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

7.1.5 Программа соревнований

3 марта 2018 года – день приезда, соревновательный день:

09.00 - 10.00 – регистрация участников, работа мандатной комиссии;

10.00 - 10.30 – совещание главной судейской коллегии и представителей;

11.00 – открытие и начало соревнований;

15.30 - 16.00 – награждение победителей и призеров соревнований;

16.00 – отъезд участников.

В программу соревнований могут вноситься изменения по итогам совещания судей, тренеров и представителей команд.

7.1.6 Условия подведения итогов

Соревнования проводятся с подведением итогов личного и общекомандного зачета в первенстве Краснодарского края и с подведением личного зачета в чемпионате Краснодарского края, согласно правилам вида спорта «акробатический рок-н-ролл», утверждёнными Минспортом России.

Результаты общекомандного первенства Краснодарского края в дисциплине «В класс-микст» (юноши, девушки, юниоры, юниорки) и в дисциплине «формейшн» идут в зачет IV летней Спартакиады молодежи Кубани 2018 года. Командное первенство определяется по наибольшей сумме очков, набранных участниками команды в дисциплине «В класс-микст» (юноши, девушки, юниоры, юниорки) и в дисциплине «формейшн» (в зачет берется три любых лучших результата от муниципального образования), согласно таблице:

Места	1	2	3	4	5
Дисциплина «В класс-микст» (юноши, девушки, юниоры, юниорки)	10	8	6	5	4
Дисциплина «Формейшн»	10	8	6	5	4

Основанием для комплектования спортивной сборной команды Краснодарского края для участия в соревнованиях IV летней Спартакиады молодежи России 2018 года являются результаты, показанные на соревнованиях первенства Краснодарского края:

- 1-2 места в дисциплине «формейшн»;
- 1-3 места в дисциплине «В класс-микст» (юноши, девушки);
- 1-3 места в дисциплине «В класс-микст» (юниоры, юниорки).

Отчёт о проведении соревнований в соответствии с перечнем документов ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани» предоставляет в министерство ФКиС в течение трёх рабочих дней.

7.1.7 Награждение

По итогам соревнований победители и призеры награждаются грамотами и медалями. Тренеры победителей и призеров награждаются грамотами.

Победители и призеры первенства Краснодарского края, выступающие в рамках соревнований IV летней Спартакиаде молодежи Кубани 2018 года, отдельно награждаются грамотами и медалями.

Команды победители и призеры первенства Краснодарского края, выступающие в рамках соревнований IV летней Спартакиаде молодежи Кубани 2018 года, награждаются кубками, грамотами.

Дата и дисциплина	Вид соревнований	Количество медалей	Количество кубков	Количество грамот
03.03 акробатический рок-н-ролл	личные	244	3	244
Всего медалей		244		
Всего грамот				244
Всего кубков			3	

Допускаются другие номинации и призы, учреждённые спонсорами соревнования или другими организациями, а также физическими или юридическими лицами.

7.1.8 Условия финансирования

ГБУ КК «РЦСП» за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнение государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) в 2018 году несет расходы, связанные с оплатой услуг спортивных судей, услуг по предоставлению скорой медицинской помощи с автомобилем скорой медицинской помощи.

Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Центр развития спорта» за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнение государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) несёт расходы по приобретению командных призов (кубков), грамот, медалей с лентой и вкладышей.

ГБУ КК «Многофункциональный спортивный комплекс» осуществляет на безвозмездной основе предоставление мест проведения соревнований.

Расходы по командированию команд (проезд в оба конца, суточные, питание, размещение, страхование) – за счёт командирующих организаций.

7.1.9 Заявки на участие

Предварительные заявки от организаций, являющиеся подтверждением участия в соревнованиях, подаются не позднее чем за 10 календарных дней до проведения соревнований.

Заявка должна быть подана через систему регистрации спортсменов ВФТСАРР. Доступ к системе регистрации осуществляется с официального сайта ВФТСАРР: <http://vftsarr.ru>, раздел «Единый реестр ВФТСАРР».

Предварительная заявка, сформированная в системе регистрации, автоматически направляется организатору соревнования.

В мандатную комиссию (комиссию по допуску участников) предоставляется именная заявка заверенную врачом физкультурного диспансера или врачом поликлиники по месту проживания и руководителем муниципального органа управления физической культурой и спортом, а также следующие документы на каждого участника:

- паспорт гражданина Российской Федерации и его ксерокопию – проверяется гражданство, дата рождения и регистрация по месту жительства; при его отсутствии для лиц, не достигших возраста четырнадцати лет, – свидетельство о рождении с отметкой, о гражданстве и его ксерокопию;

- в случае отсутствия отметки о гражданстве на свидетельстве о рождении может использоваться нотариально заверенная копия паспорта гражданина Российской Федерации (любого вида), являющегося законным представителем ребенка, в который в установленном порядке внесены сведения о ребенке;

- документ, подтверждающий постоянную или временную регистрацию спортсмена на территории муниципального образования (для лиц младше 14 лет);

- подлинник договора страхования от несчастного случая;

- полис обязательного медицинского страхования;

- справка из организации, в которой спортсмен проходит спортивную подготовку, с фотографией спортсмена, заверенная печатью и подписью ответственного лица организации (Приложение № 3 к Положению о проведении IV летней Спартакиады молодежи Кубани 2018 г.);

- дополнительно каждый член спортивной сборной команды муниципального образования, включая спортсменов и всех сопровождающих лиц, сдает «Согласие на обработку персональных данных» (Приложения № 2 для несовершеннолетних лиц или 2а – для совершеннолетних к Положению о проведении IV летней Спартакиады молодежи Кубани 2018 г.).

Судьи должны иметь ксерокопию паспорта и свидетельства государственного пенсионного страхования, документ о присвоении судейской категории, командировочное удостоверение, банковские реквизиты.

Представители команд несут персональную ответственность за подлинность документов, предоставленных в мандатную комиссию.

7.2 Открытый краевой турнир, посвященный Дню Победы

7.2.1 Классификация спортивного соревнования

Соревнования уровня субъекта Российской Федерации, личные.

7.2.2 Место и сроки проведения

Место проведения: г. Краснодар, ул. Пригородная, 24, ГБУ КК «Многофункциональный спортивный комплекс» («Баскет-Холл», тренировочная арена).

Сроки проведения: 05 мая 2018 года.

7.2.3 Организаторы спортивного соревнования

Организация и проведение соревнований возлагается на ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани», государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Региональный центр спортивной подготовки сборных команд Краснодарского края» (далее – ГБУ КК «РЦСП»).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани» и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований назначается президиумом ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани».

7.2.4 Требования к участникам и условия их допуска

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены сборных команд муниципальных образований Краснодарского края и других субъектов РФ в возрастной категории: мальчики и девочки до 12 лет (2007-2012 г.р.), юноши и девушки до 15 лет (2004-2006 г.р.), юниоры и юниорки до 18 лет (2001-2003 г.р.), мужчины, женщины (2000 г.р. и старше).

Одежда спортсменов – в соответствии с правилами спортивного костюма Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

7.2.5 Программа соревнований

05 мая 2018 года – день приезда, соревновательный день:

- 09.00 - 10.00 – регистрация участников, работа мандатной комиссии;
- 10.00 - 10.30 – совещание главной судейской коллегии и представителей;
- 11.00 – открытие и начало соревнований;
- 14.30 - 15.00 – награждение победителей и призеров соревнований;
- 15.00 – отъезд участников.

В программу соревнований могут вноситься изменения по итогам совещания судей, тренеров и представителей команд.

7.2.6 Условия подведения итогов

Соревнования проводятся по правилам вида спорта «акробатический рок-н-ролл», утверждёнными Минспортом России.

Соревнования в каждом виде программы проводятся по турам.

В каждый следующий тур, кроме финала, судьи должны выводить более половины участвующих в настоящем туре пар/ групп.

В финал судьи должны выводить только 6 пар/ групп.

В случае равенства очков у двух пар в финал может быть выведено 7 пар/ групп.

Во всех других спорных случаях решение о количестве финалистов принимает главный судья.

Отчёт о проведении соревнований в соответствии с перечнем документов ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани» предоставляет в министерство ФКиС в течение трёх рабочих дней.

7.2.7 Награждение

По итогам соревнований победители и призеры соревнований награждаются грамотами и медалями.

Тренеры победителей и призеров соревнований награждаются грамотами.

Дата и дисциплина	Вид соревнований	Количество медалей	Количество грамот
05.05 акробатический рок-н-ролл	личные	244	244
Всего медалей		244	
Всего грамот			244

7.2.8 Условия финансирования

ГБУ КК «РЦСП» за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) в 2018 году несет расходы, связанные с оплатой услуг спортивных судей, услуг по предоставлению скорой медицинской помощи с автомобилем скорой медицинской помощи.

Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Центр развития спорта» за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) несёт расходы по приобретению грамот, медалей с лентой и вкладышей.

ГБУ КК «Многофункциональный спортивный комплекс» осуществляет на безвозмездной основе предоставление мест проведения соревнований.

Расходы по командированию команд (проезд в оба конца, суточные, питание, размещение, страхование) – за счёт командирующих организаций.

7.2.9 Заявки на участие

Предварительные заявки от организаций, являющиеся подтверждением участия в соревнованиях, подаются не позднее чем за 10 календарных дней до проведения соревнований.

Заявка должна быть подана через систему регистрации спортсменов ВФТСАРР. Доступ к системе регистрации осуществляется с официального сайта ВФТСАРР: <http://vftsarr.ru>, раздел «Единый реестр ВФТСАРР».

Предварительная заявка, сформированная в системе регистрации, автоматически направляется организатору соревнования.

Представители команд в день приезда представляют следующие документы в мандатную комиссию:

- именную заявку установленного образца, заверенную врачом физкультурного диспансера или врачом поликлиники по месту проживания и руководителем муниципального органа управления физической культурой и спортом;
- паспорт гражданина РФ;
- свидетельство о рождении для спортсменов до 14 лет;
- документ, подтверждающий спортивную квалификацию;
- оригинал договора (страхового полиса) от несчастных случаев, жизни и здоровья;
- полис обязательного медицинского страхования.

7.3 Открытый краевой турнир «Золотая осень – 2018!»

7.3.1 Классификация спортивного соревнования

Соревнования уровня субъекта Российской Федерации, личные.

7.3.2 Место и сроки проведения

Место проведения: г. Краснодар, ул. Пригородная, 24, ГБУ КК «Многофункциональный спортивный комплекс» («Баскет-Холл», тренировочная арена).

Сроки проведения: 14 октября 2018 года.

7.3.3 Организаторы спортивного соревнования

Организация и проведение соревнований возлагается на ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани», государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Региональный центр спортивной подготовки сборных команд Краснодарского края» (далее – ГБУ КК «РЦСП»).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани» и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований назначается президиумом ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани».

7.3.4 Требования к участникам и условия их допуска

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены сборных команд муниципальных образований Краснодарского края и других субъектов РФ в возрастной категории: мальчики и девочки до 12 лет (2007-2012 г.р.), юноши и девушки до 15 лет (2004-2006 г.р.), юниоры и юниорки до 18 лет (2001-2003 г.р.), мужчины, женщины (2000 г.р. и старше).

Одежда спортсменов – в соответствии с правилами спортивного костюма Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

7.3.5 Программа соревнований

14 октября 2018 года – день приезда, соревновательный день:

09.00 - 10.00 – регистрация участников, работа мандатной комиссии;
 10.00 - 10.30 – совещание главной судейской коллегии и представителей;
 11.00 – открытие и начало соревнований;
 14.30 - 15.00 – награждение победителей и призеров соревнований;
 15.00 – отъезд участников.

В программу соревнований могут вноситься изменения по итогам совещания судей, тренеров и представителей команд.

7.3.6 Условия подведения итогов

Соревнования проводятся по правилам вида спорта «акробатический рок-н-ролл», утверждёнными Минспортом России.

Соревнования в каждом виде программы проводятся по турам.

В каждый следующий тур, кроме финала, судьи должны выводить более половины участвующих в настоящем туре пар/ групп.

В финал судьи должны выводить только 6 пар/ групп.

В случае равенства очков у двух пар в финал может быть выведено 7 пар/ групп.

Во всех других спорных случаях решение о количестве финалистов принимает главный судья.

Отчёт о проведении соревнований в соответствии с перечнем документов ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани» предоставляет в министерство ФКиС в течение трёх рабочих дней.

7.3.7 Награждение

По итогам соревнований победители и призеры соревнований награждаются грамотами и медалями.

Тренеры победителей и призеров соревнований награждаются грамотами.

Дата и дисциплина	Вид соревнований	Количество медалей	Количество грамот
14.10 акробатический рок-н-ролл	личные	244	244
Всего медалей		244	
Всего грамот			244

7.3.8 Условия финансирования

ГБУ КК «РЦСП» за счет средств остатков субсидии на финансовое обеспечение выполнение государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) прошлых лет несет расходы, связанные с оплатой услуг спортивных судей, услуг по предоставлению скорой медицинской помощи с автомобилем скорой медицинской помощи.

Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Центр развития спорта» за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнение государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) прошлых лет несёт расходы по приобретению грамот, медалей с лентой и вкладышей.

ГБУ КК «Многофункциональный спортивный комплекс» осуществляет на безвозмездной основе предоставление мест проведения соревнований.

Расходы по командированию команд (проезд в оба конца, суточные, питание, размещение, страхование) – за счёт командирующих организаций.

7.3.9 Заявки на участие

Предварительные заявки от организаций, являющиеся подтверждением участия в соревнованиях, подаются не позднее чем за 10 календарных дней до проведения соревнований.

Заявка должна быть подана через систему регистрации спортсменов ВФТСАРР. Доступ к системе регистрации осуществляется с официального сайта ВФТСАРР: <http://vftsarr.ru>, раздел «Единый реестр ВФТСАРР».

Предварительная заявка, сформированная в системе регистрации, автоматически направляется организатору соревнования.

Представители команд в день приезда представляют следующие документы в мандатную комиссию:

- именную заявку установленного образца, заверенную врачом физкультурного диспансера или врачом поликлиники по месту проживания и руководителем муниципального органа управления физической культурой и спортом;

- паспорт гражданина РФ;

- свидетельство о рождении для спортсменов до 14 лет;

- документ, подтверждающий спортивную квалификацию;

- оригинал договора (страхового полиса) от несчастных случаев, жизни и здоровья;

- полис обязательного медицинского страхования.

Приложение № 1
к положению о краевых
соревнованиях по акробатическому
рок-н-роллу на 2018 год

В списки кандидатов в спортивную сборную команду Краснодарского края по акробатическому рок-н-роллу на 2018 год могут дополнительно включаться перспективные спортсмены по решению президиума федерации, выполнившие нормативы по ОФП и СФП, утвержденные Краснодарской краевой общественной спортивной организацией «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани».

Нормативы по ОФП и СФП, утвержденные ККОСО «Федерация акробатического рок-н-ролла Кубани», для включения в состав спортивной сборной команды Краснодарского края по акробатическому рок-н-роллу перспективных спортсменов

Контрольные упражнения (тесты)			
Юноши	Баллы	Девушки	Баллы
Бег 20 м		Бег 20 м	
4,7	3	5	3
4,5-3,9	4	4,8-4,5	4
3,8 и ниже	5	4,4	5
Челночный бег 3x10		Челночный бег 3x10	
не более 16с	3	не более 16с	3
не более 13с	4	не более 13,5с	4
не более 11с	5	не более 12с	5
Подтягивание на перекладине		Подъем туловища, лежа на спине	
4 раза	3	7 раз	3
6 раз	4	15 раз	4
10 раз	5	20 раз	5
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	
6 раз	3	5 раз	3
15 раз	4	10 раз	4
20 раз	5	15 раз	5
Прыжок в длину с места		Прыжок в длину с места	
70 см	3	60см	3
130 см	4	120 см	4
160 см	5	140 см	5
Специальная физическая подготовка			
Юноши	Баллы	Девушки	Баллы
Непрерывный бег		Непрерывный бег	

в свободном темпе 3 мин 4 мин 5 мин и более	3 4 5	в свободном темпе 2 мин 3 мин 4 мин и более	3 4 5
Удержание равновесия на одной ноге, другая согнута в колене и поднята вперед до прямого угла, руки подняты вверх 3 с 4 с 5 с и более	3 4 5	Удержание равновесия на одной ноге, другая согнута в колене и поднята вперед до прямого угла, руки подняты вверх 3 4 5 и более с	3 4 5
И.П. – сед, ноги вместе. Наклон вперед (фиксация положения) 3 с 4 с 5 с и более	3 4 5	И.П. – сед, ноги вместе. Наклон вперед (фиксация положения) 3 с 4 с 5 с и более	3 4 5
Подъем туловища, лежа на спине 6 раз 7 раз 8 раз и более	3 4 5	Подъем туловища, лежа на спине 5 раз 6 раз 7 раз и более	3 4 5

Минимальная сумма баллов – 27.