

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении спортивных сборов Центра художественной гимнастики №1**

**лето 2019 год**

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

* Повышение уровня спортивного мастерства
* Развитие общей и специальной физической подготовки;
* Обучение, формирование и совершенствование навыков работы с предметами художественной гимнастики.

1. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Смена*** | ***Даты проведения*** | ***Примечание*** |
| Первая | 27 мая - 09 июня | ***внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ№1*** |
| Третья | 24 июня -7 июля |  |
| Четвертая | 8 июля-21 июля |  |
| Пятая | 29 июля-11 августа |  |
| Шестая | 12 августа - 31 августа | ***внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ№1*** |

\*участие во внутренних сборах ЦХГ1 для гимнасток других спортивных организаций возможно при наличие свободных мест на данных сборах

(уточнить у регистратора сбора)

Место проведения: г. Москва, улица Мельникова, д. 7, стр. 1, Дом ЦХГ№1.

1. **ПРОГРАММА СПОРТИВНЫХ СБОРОВ**

* СФП;
* Предметная подготовка;
* Отработка элементов;
* ОФП;
* Танцевальная подготовка;
* Индивидуальная работа с тренером (по предварительной записи)
* Постановка программ с хореографом-постановщиком (по предварительной записи)

|  |  |
| --- | --- |
| ***Расписание тренировочного процесса*** | |
| 10:00 - 13:00 | первая тренировка  (в зависимости от группы подготовки, тренировки могут начаться в 11:00) |
| 13:00 - 14:30 | обед и свободное время на территории спортивного зала |
| 14:30 -17:00 | вторая тренировка |

Участницы сборов будут разделены на группы, соответствующие уровню их подготовки и возрасту.

1. **ТРЕНЕРСКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СОСТАВ**

* **Тренерский состав Центра художественной гимнастики №1**
* **Педагог по танцевальной подготовке**
* **Хореограф-постановщик упражнений для художественной гимнастики**

1. **УЧАСТНИКИ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ**

Гимнастки 2014-2004 г.р. допускаются к сборам:

* по предварительной регистрации и оплате;

- при наличии копии свидетельства о рождении;

- при наличии копии страховки от несчастного случая;

- при наличии медицинского заключения о допуске к прохождению спортивной подготовки и тренировочным мероприятиям из спортивного диспансера, **или** при наличии справки от врача-педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям художественной гимнастикой, **и с обязательным указанием** **результатов ЭКГ-диагностики** - оригинал.

Каждый участник должен иметь спортивную форму (одежду для занятий художественной гимнастикой и предметы)

1. **СТОИМОСТЬ СПОРТИВНЫХ СБОРОВ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Смена*** | ***Даты проведения*** | ***Стоимость спортивных сборов для воспитанниц ЦХГ№1*** | ***Стоимость спортивных сборов для всех желающих*** |
| Первая | 27мая -09 июня  внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ1 | 12.000 рублей | 14.000 рублей |
| Третья | 24 июня -7 июля | 12.000 рублей | 14.000 рублей |
| Четвертая | 8 июля-21 июля | 12.000 рублей | 14.000 рублей |
| Пятая | 29 июля- 11 августа | 12.000 рублей | 14.000 рублей |
| Шестая | 12 августа-31 августа внутренние сборы для воспитанниц ЦХГ1 | 14.000 рублей | 18.000 рублей |

* Стоимость сбора не меняется от количества дней проведенных на спортивном сборе.
* Количество мест ограничено.
* Запись на индивидуальные тренировки и постановки упражнения производится и оплачивается на месте.

**Стоимость сборов необходимо оплатить:**

**- первую смену - не позднее 30 апреля 2019г.**

**- третью смену - не позднее 01 июня 2019г.**

**- четвертую смену - не позднее 15 июня 2019г.**

**- пятую смену - не позднее 01 июля 2019г.**

**- шестую смену - не позднее 15 июля 2019г.**

1. **НАГРАЖДЕНИЕ**

Все участники сборов награждаются памятными сувенирами и сертификатам и участников.

1. **ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ФИО гимнастки** | **Точная дата рождения** | **Школа/ Спортивный клуб/**  **Номер группы для воспитанниц ЦХГ№1** | **Заказывать обеды или нет** | **Контактный тел., на котором есть WhatsApp** |

**Предварительные заявки на участие отправляются на почту nashdomik@list.ru**

1. **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

* Между тренировками для гимнасток будет организован обед, стоимость обеда 350 рублей (оплачивается в первый день сборов).

1. **КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

На все интересующие вопросы мы готовы ответить:

Электронная почта:

[nashdomik@list.ru](mailto:nashdomik@list.ru)

Телефон:

8-926-668-10-98 Раупова Азиза Шавкатовна

**Часто задаваемые вопросы по сборам:**

1) Нужно ли родителям находиться с ребенком в течение всего тренировочного дня?

Нет, Вы приводите ребенка к первой тренировке и забираете его после второй.

В перерыве у детей обед и свободное время, под присмотром ответственных тренеров каждой группы. Родителю быть с ребенком в это время не обязательно.

2) Как организуется питание на сборах?

Стоимость комплексного обеда (первое блюдо, второе блюдо, салат и напиток) 350 рублей. Данный обед организовывается на базе Дома культуры, в котором расположен Дом ЦХГ№1. Питание оплачивается на все дни сборов. Если Вы не планируете заказывать комплексный обед, то ребенок может приносить свое питание в контейнере. Дети обедают под присмотром ответственных тренеров.

3) Распределение детей по группам.

В первый тренировочный день все дети будут заниматься в своей возрастной группе.

После первого тренировочного дня, по решению тренерского состава, ребенок может перейти в группу сильнее, либо слабее, в зависимости от личного уровня подготовки ребенка.

4) Возможно ли присоединиться к сборам чуть позже?

Да, возможно. Однако, стоимость сборов от количества посещаемых тренировочных дней не меняется.

5) Информирование о сборах.

За 2 недели до начала сборов мы сформируем группу в Вацапе, в которой опубликуем информационное письмо по общим вопросам. Так же, Вам будут предоставлены списки распределения детей по группам.

В данном письме будет информация о времени и месте проведение регистрации и организационного собрания.

6) Присутствие родителей на тренировке.

Родители не допускаются в зал во время тренировок. Родители гимнасток 2011 года и старше передают детей ответственным тренерам группы в холле первого этажа. Родители гимнасток 2012-2014 годов рождения предают детей ответственным тренерам группы в холле второго этажа.

Фото и видео съемка тренировочного процесса строго запрещены.