

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова»  
(ФГБОУ ВО «ХГУ им. Н.Ф. Катанова»)

«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор

ФГБОУ ВО «ХГУ им. Н.Ф. Катанова»

Т.Г. Краснова

«03» \_\_\_\_\_ /02\_\_\_\_\_ 2017 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о проведении конкурса грации и спорта «МИСС ФИТНЕС»

#### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.1. Положение о проведении конкурса грации и спорта «МИСС ФИТНЕС» (далее – Положение) регламентирует порядок проведения конкурса в ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова» (далее Университет).
- 1.2. Конкурс грации и спорта «МИСС ФИТНЕС» (далее Конкурс) является культурно-массовым мероприятием, направленным на пропаганду ценностей здорового образа жизни в молодежной среде.
- 1.3. Организатором Конкурса является ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова».
- 1.4. Для организации и проведения Конкурса создается Оргкомитет, в состав которого входят: Начальник Управления молодежной политики; главный специалист отдела по воспитательной и социальной работы Управления молодежной политики; начальник спортивного клуба «Университет»; председатель профсоюзной организации студентов университета; руководитель профсоюзного игрового клуба Play Ground Club.
- 1.5. Оргкомитет обеспечивает формирование жюри мероприятия, объявление и проведение мероприятия, процедуру подведения итогов и церемонию награждения.
- 1.6. Для оказания поддержки Конкурсу приглашаются заинтересованные физические и юридические лица, которые могут быть включены Оргкомитетом в состав жюри.

#### 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КОНКУРСА

- 2.1. Цель Конкурса – создание в студенческой среде эмоционально-позитивной и общественно-полезной модели поведения, отвечающей принципам здорового образа жизни, патриотизма, нравственных ценностей и социальной ответственности.
- 2.2. Задачи Конкурса:
  - способствовать формированию потребности к здоровому образу жизни у студенческой молодежи;
  - поощрять и тиражировать лучшие формы молодежного досуга, соответствующего принципам здорового образа жизни;
  - раскрывать и развивать потенциал студенток Университета на основе соответствия образу женской красоты, сочетающего в себе внешнюю привлекательность, интеллект, стремление вести здоровый образ жизни, активную жизненную позицию;
  - укреплять традиции Университета по направлению «Здоровый образ жизни».

#### 3. УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ В КОНКУРСЕ

- 3.1. В Конкурсе могут принимать участие обучающиеся (студентки) Университета очной формы в возрасте от 16 лет.

- 3.2. Для участия в Конкурсе необходимо подать заявку-анкету в Оргкомитет Конкурса, по форме Приложения 1, приложить не менее **2 фотографий** в формате JPEG с расширением не менее 300 dpi (фото в полный рост, лицо анфас). Фотографии, не отвечающие общим моральным и нравственным принципам, а также требованиям настоящего Положения не принимаются.
- 3.3. Заявки на участие подаются в Управление молодежной политики ФГБОУ ВО «ХГУ им. Н.Ф. Катанова», пр. Ленина, 92, административный корпус, кабинет 308.
- 3.4. Оргкомитет вправе отказать в участии в Конкурсе любой девушке без объяснения причин.
- 3.5. Участие в конкурсе бесплатное.

#### 4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА

- 4.1. Конкурс проводится в 3 этапа:

**I этап – подготовительный:**

- а) прием заявок до **20 февраля 2017 года**.

**II этап – отборочный:**

- а) Конкурс видеороликов «Моя альтернатива – здоровый образ жизни» (размещение в официальной группе ХГУ им. Н.Ф. Катанова (Вконтакте) **20 февраля - 01 марта 2017 года**;
- б) Конкурс «ГТО» (спортивное многоборье с выполнением нормативов для Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне») **27 и 28 февраля**;
- в) Конкурс «МегаФитоМозг» (интеллектуальный конкурс) - **01 марта 2017 года**.

**III этап – финал Конкурса 09 марта 2017 года;**

- а) Визитка «Я – Мисс Фитнес»;
- б) Дефиле «Фитнес-стиль»;
- в) Творческий конкурс «Презентация вида спорта»
- г) Дефиле «Вечернее платье» (вне конкурса).

#### 5. ОПИСАНИЕ ЭТАПОВ КОНКУРСА

- 5.1. Конкурс видеороликов «Моя альтернатива – здоровый образ жизни. **Видеоролик «Моя альтернатива – здоровый образ жизни»** должен быть основан на собственном опыте конкурсантки и построен в виде обращения. Видеоролик должен содержать рассказ о себе, виде спорта, который представляет девушка, носить жизнеутверждающий характер, призывать к созиданию, партнерству, желанию менять свои взгляды, свой стиль жизни в сторону позитивных действий. Видеоролик должен позиционировать идеи социального служения, добровольчества, изменения ценностных ориентиров в сторону активной и здоровой жизни. **Длительность видеоролика не более 3 мин.** Технические требования к конкурсным работам минимум: Video: Bitrate: 24.4 Mbps, Width:720 pixels, Height: 576 pixels, Displayaspectratio: 4:3, Framerate: 25.000 fps, Standard: PAL; Audio: Bitrate: 1 536 Kbps, Channel(s): 2 channels, Samplingrate: 48.0 KHz, Bitdepth: 16 bits). Качество ролика должно быть не менее 720 pHD. Видеоролик, не отвечающий общим моральным и нравственным принципам, а также требованиям настоящего Положения запрещен.
- 5.2. Конкурс «ГТО». Участницы сдают в личном зачёте элементы спортивного многоборья с выполнением нормативов для Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»:
  - бег на 100 м (на время);
  - прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см);
  - стрельба из пневматического оружия дистанция 10 м;

- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см);
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз);
- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз);
- поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин).

Участники сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в обязательном порядке должны пройти регистрацию на сайте <https://user.gto.ru/> Испытания проводятся в соответствии с правилами проведения ВФСК ГТО. Результат определяется по таблице результатов в летних многоборьях ВФСК ГТО. Победители и призеры в видах программы определяются по наибольшему количеству очков в 100-балльной системе. В общей турнирной таблице указывается место участницы в рейтинге.

- 5.3. Конкурс «МегаФитоМозг» (интеллектуальный конкурс). Проверка знаний в виде интеллектуальной игры по направлениям: теория фитнеса, здорового образа жизни и рационального питания, достижений спортсменов Хакасии, женщин в российском спорте. В общей турнирной таблице указывается место участницы в рейтинге по итогам игры.
- 5.4. По результатам первых трех испытаний 10 девушек, получивших наименьшую сумму мест, выходят в финал Конкурса.
- 5.5. Визитка «Я – Мисс Фитнес». Конкурсантка представляет себя в соответствии с заявленной тематикой, продолжительность заранее подготовленного выступления не более 1 минуты.  
*Критерии оценки:* оригинальность, убедительность, умение четко излагать свои мысли, сценическая культура.
- 5.6. Дефиле «Фитнес-стиль». Общее дефиле в спортивной одежде. Оценивается представленный образ конкурсантки, сценическая культура, умение презентовать, грация.
- 5.7. Творческий конкурс «Презентация вида спорта». Конкурсантки демонстрируют заранее подготовленный творческий номер продолжительностью не более 2-х минут, основная задача которого – раскрыть творческий потенциал девушки в соответствии с заданной тематикой, и презентовать свой вид спорта.  
*Критерии оценки:* соответствие тематики, степень раскрытия творческих способностей, степень раскрытия специфики представляемого вида спорта, оригинальность, сценическая культура.
- 5.8. Дефиле «Вечернее платье» (вне конкурса). Общее дефиле в вечернем платье. Девушки показывают всю свою красоту, грацию и обаяние в вечерних нарядах на финальном выходе.

## 6. ЖЮРИ КОНКУРСА

- 6.1. Жюри оценивает выполнение конкурсов, присуждая участникам места исходя из выполнения критериев.
- 6.2. Жюри определяет Победительницу согласно рейтингу по наименьшей сумме мест за все конкурсы.
- 6.3. По решению членов жюри Конкурса, могут быть выделены специальные титулы и номинации, которыми награждаются участницы Конкурса.
- 6.4. Решение жюри является окончательным и оспариванию не подлежит.

## 7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

- 7.1. Победительница Конкурса определяется по результатам выступлений на всех этапах Конкурса.

- 7.2. Результат выступления каждой участницы определяется по сумме мест, полученных в каждом конкурсе.
- 7.3. Участница, получившая согласно рейтингу наименьшую сумму мест за все конкурсы, становится Победительницей Конкурса, ей присуждается титул «Мисс Фитнес», вручается диплом победителя и приз.
- 7.4. Участницам конкурса вручаются дипломы за участие, По решению спонсоров Конкурса, могут быть выделены специальные титулы, номинации, вручены специальные призы. Учредители специальных номинаций, награждают обладательницу в номинации дипломом и призом

Разработчик:

Главный специалист ОВиСР УМП

 А.С. Миненкова

Согласовано:

Начальник УМП



С.В. Шмидт

