



## **СТАНДАРТ ПРОВЕДЕНИЯ ТУРНИРА «РУССКИЙ СИЛОМЕР»**

Турнир «Русский силомер» представляет собой соревнование по силовому многоборью на гимнастической перекладине «Русский силомер», разработанной в 2012 году РОФСО РПСУ СО «Спортивный клуб «Русский силомер»», которой принадлежат авторские права на данную дисциплину и товарный знак «Русский силомер». Система прошла экспертизу и получила рецензию Уральского государственного университета физической культуры города Екатеринбурга.

Требования, предъявляемые РОФСО РПСУ СО «Спортивный клуб «Русский силомер» в отношении к организациям, проводящим соревнования Русский силомер:

1. Официальное название турнира: Турнир по Силовому многоборью на гимнастической перекладине «РУССКИЙ СИЛОМЕР».

Запрещается при анонсировании и проведении турнира как либо изменять официальное название.

Соревнования считаются официальными, если информация о них опубликована на сайте СК «Русский силомер» <http://rusilomer.ru/>.

### **2. ПОДГОТОВКА ТУРНИРА.**

Перед проведением турнира обязательно проводится учебный семинар по подготовке администраторов, судей и тренеров, которые будут проводить соревнование. Обучение проводит председатель спортивного клуба «Русский силомер», мастер спорта России Пыжьянов Игорь Владимирович или подготовленные им специалисты.

### **3. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ.**

3.1. При проведении Турнира «Русский силомер» организаторы неукоснительно руководствуются «Положением о проведении турнира «Русский силомер» и особенно рекомендациями по ведению судейства.

3.2. Запрещается изменять очередность упражнений системы и присвоенные им баллы. Так же в соответствии с положением о безопасности и рецензией УралГУФК девушки могут набирать баллы только при выполнении первых четырех! упражнений системы, юноши могут выполнять любые из одиннадцати.

### **4. БЕЗОПАСНОСТЬ**

Сторона, проводящая турнир, обеспечивает и отвечает за безопасность проведения соревнований и работу представителей оргкомитета.

### **5. СУДЕЙСТВО**

5.1. Во время проведения турнира «Русский силомер» приветствуется лояльное судейство и неформальное проведение соревнований, так как целью спортивно-патриотического проекта «Русский силомер» является развитие интереса у молодежи к занятию на турнике и побуждение общественности устанавливать спортивный турник в каждом дворе.

5.2. В соответствии с правилами соревнований в общий зачет включается каждая попытка

спортсмена, так как победа команды (школы, города) должна зависеть не только от сильнейших, но и от физически слабых участников, для которых в системе есть специальные упражнения. Данное правило способствует мотивации физически слабых учеников заниматься на турнире, а также актуализации командного духа в образовательных учреждениях.

5.3. Спорные ситуации финальных поединков региональных, всероссийских и международных соревнований (при наличии видеофиксации), решает председатель спортивного клуба «Русский силомер» Пыжьянов Игорь Владимирович.

## 6. ОТКРЫТИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Открытие турнира «Русский силомер» начинается торжественным построением и звучанием Гимна Российской Федерации. Далее сообщается официальная информация о Спортивной дисциплине «Русский силомер» (текст вступительного слова прилагается).

## 7. ЗАКРЫТИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Организатор турнира при подготовке к проведению финальных выступлений и награждения победителей регионального и Всероссийского уровня, обязан пригласить для участия в судействе и церемонии награждения главного арбитра турнира – основателя силового многоборья Русский силомер Пыжьянова Игоря Владимировича.

Приветствуется размещение в информационных письмах, постах в социальных сетях и буклетах - призыва оказывать благотворительную финансовую помощь для развития Спортивной дисциплины «Русский силомер». В конце сообщения размещаются банковские реквизиты Спортивного клуба «Русский силомер»:


Получатель: РОО «СК «Русский силомер»  
ИНН: 6678996580, КПП: 667801001  
р/с 4070381091654 0002661 в Уральский банк ПАО Сбербанк  
к/с 30101810916540002661  
БИК: 046577674

### Приложение:

1. Текст вступительного слова на открытии турнира «Русский силомер»

**Руководитель**



 **И.В. Пыжьянов**

## **Текст вступительного слова на открытии турнира «Русский силомер».**

Спортивная дисциплина «Русский силомер» была создана специалистами Спортивного клуба «Русский силомер» в 2012 году на основе многолетнего опыта проведения соревнований среди детей и взрослых.

Идея соединить 11 всем известных упражнений на турнике в систему и присвоить им баллы, родилась в Храме памятнике на Крови г. Екатеринбурга, на месте, где последний Русский Император Николай II, даже находясь в заточении продолжал заниматься на турнике.

В связи с этим спортивная дисциплина «Русский силомер» создана в честь святого Царя Николая II, во время правления которого был основан Первый Российский Олимпийский комитет в 1911 году и Первая Российская Олимпийская сборная для участия в Олимпийских Играх в Стокгольме в 1912 году, а также проведены Первые и Вторые Российские Олимпийские игры в 1913 году в Киеве, и в 1914 году в Риге.

Благодаря личной поддержке президента России В.В. Путина в 2017 году на форуме Сообщество в г. Москве (видео со словами президента можно найти на страницах интернета), турнир «Русский силомер» был проведен в 79 регионах Российской Федерации, а участие в них приняло 680 000 школьников.

Главной целью проведения турниров «Русский силомер» председатель спортивного клуба Игорь Владимирович считает: развитие интереса у молодежи к занятию на турнике, возрождение дворового спорта, где начинается дружба, приобретается опыт общения со сверстниками, подготовка к службе в армии и любовь к Родине.

Система упражнений «Русский силомер» и формат проведения соревнований, в первую очередь, направлен на развитие менее физически подготовленных участников, для этого в системе есть упражнения для начинающих, так же есть упражнения и для самых сильных участников, которые могут использовать упражнения второй части системы – упражнения для сильнейших.

Турнир проводится на основе официального Положения и рекомендаций Уральского государственного университета физической культуры и спорта города Екатеринбурга.

На этом слово заканчивается и ведущий объявляет судейскую бригаду:

Главный арбитр Турнира - основатель спортивной дисциплины «Русский силомер», мастер спорта Российской Федерации, член коллегии Министерства физической культуры и спорта Свердловской области – Пыжьянов Игорь Владимирович.

Далее объявляется главный судья соревнований ФИО, и судьи на протоколе и секундомере.

На основе Положения о турнире ведущий кратко рассказывает правила проведения соревнования:

- каждому участнику соревнований дается 1 минута;
- участнику разрешается прыгивать с турника неограниченное количество раз, при этом время на секундомере не останавливается;
- участнику разрешается на свое усмотрение менять упражнения в течении 1 минуты;
- участник может выбрать стратегию выполнения упражнений (например, в начале минуты тяжёлые упражнения, затем более лёгкие и в конце минуты самое лёгкое, первое упражнение);
- в конце турнира все баллы набранные и сильными и слабыми участниками суммируются, выявляя самые сильные класс, школу, район, город и т.д.;
- каждый бал важен для победы команды;