

**ПЕТНАДЕСЕТИ НАЦИОНАЛЕН ТУРНИР ПО КАРАТЕ
ЗА ДЕЦА ОТ 4 ДО 11 ГОДИНИ „СВЕТЛИНА”**

11 май 2019г.

Н А Р Е Д Б А

Организатори:

КК”СВЕТЛИНА”, БФШК, ЦКА-България

Заявки за участие:

на e-mail kk_svetlina@abv.bg или [онлайн](#)
За информация: **0882 700 533** гл. инстр. Светла Костова

**Срок за получаване на
заявките:**

9 май 2019г. (четвъртък)

**Място и дата
на провеждане:**

**11 май 2019г. (събота) от 10:30ч.
Волейболна зала ЦСКА, гр.София**

Награди:

индивидуално 1, 2, 3 място
Грамоти и медали за всички дисциплини.

СПОРТНО-ТЕХНИЧЕСКИ УСЛОВИЯ

**Възrastови категории
на състезателите:**

1-ва гр. - навършени 4г. до навършени 5г.-момичета
2-ра гр. - навършени 4г. до навършени 5г.-момчета
3-та гр. - навършени 6г.-момичета
4-та гр. - навършени 6г.-момчета
5-та гр. - навършени 7г.-момичета
6-та гр. - навършени 7г.- момчета

7-ма гр. - навършени 6г. до навършени 7г. - момичета
8-ма гр. - навършени 6г. до навършени 7г. - момчета
9-ма гр. - навършени 8г. до навършени 9г. - момичета
10-ма гр. - навършени 8г. до навършени 9г. - момчета
11-та гр. - навършени 10г. до навършени 11г. - момичета
12-та гр. - навършили 10г. до навършени 11г. – момчета

Пояснение: Децата навършили 6 и 7 години вкл., трябва да изберат дали да играят в единични техники и щафета /от 3-6 гр./ или да изберат ката и кумите /от 7-8 гр./.

Условия за участие:

1. Вноска участие в състезание за две дисциплини - 20лв.
2. Вноската участие се заплаща преди началото на състезанието от 09:30ч. на място.

3. Вноска контестация (протеста се разглежда от съдийската комисия и се предприемат нужните санкции). - 40лв.

4. Екипировка - кимоно или бяла тениска с тъмни къси панталони, маратонки или гуменки.

Право на участие:

Индивидуално, без ограничения в броя на състезателите от клуб. Отборно не се играе.

Принцип на класиране и оценяване:

Елиминации. - Флагова система – Единични Техники, Ката
Финали /до 4 човека/ - на оценки – Единични Техники, Ката.
Кумите – Флагова система – с две трети места.
Време и прецизност - Само при щафетната игра.

СЪСТЕЗАТЕЛНИ ДИСЦИПЛИНИ

за участниците от 4 до 7г. (от 1 до 6 групи)

ПЪРВА ДИСЦИПЛИНА

ЕДИНИЧНИ ТЕХНИКИ

Показва технически и теоретични познания за отделните техники, поглед , заншин и начин на поведение.

Видове техники:

1. Сейкен чоку цуки
2. Гедан барай
3. Аге уке
4. Сото уке
5. Учи уке
6. Шуто уке
7. Мае гери
8. Йоко гери

Техниките с ръце се изпълняват от хейко дачи,
а техниките с крака от хейсоку дачи
(от място)

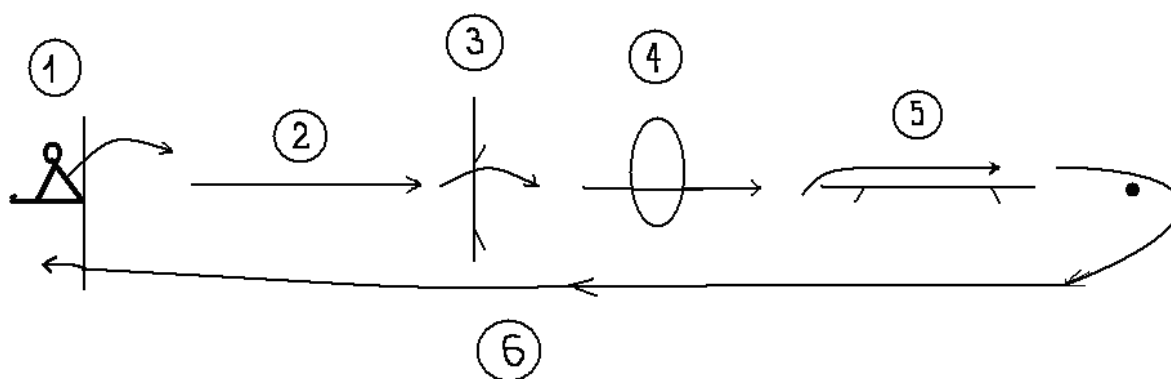
Състезателя изпълнява три различни техники зададени от главният съдия, по пет повторения всяка, като последната завършва с „киай”. Ръцете и краката се редуват, само при йоко гери състезателя прави пет последователни техники в едната посока и тогава сменя гарда, за да ги изпълни в другата посока.

ВТОРА ДИСЦИПЛИНА

ЩАФЕТНА ИГРА

Показва развити характерни физически качества
Видове физически качества

1. Бързина на реакцията –старт.
- Изходно положение: седеж с гръб по посока на бягането.
2. Бързина – бягане.
3. Отскокливост – прескачане на препятствие (пейка).
4. Ловкост – провиране през препятствие (обръч).
5. Равновесие – ходене по пейка .
6. Скоростна издръжливост – бягане.



Критерий за изпълнение: Бързина.

Победители в дисциплината от всяка възрастова група са първите трима с най-добро време.

СЪСТЕЗАТЕЛНИ ДИСЦИПЛИНИ за участниците от 7 до 12 група

I. КАТА

От Тайкьоку Шодан, Хейан Шодан до Хейан Годан включително, съобразно според степенята на участниците.

II. КИХОН ИПОН КУМИТЕ

1. Тори
 - ой цуки джодан
 - ой цуки чудан
 - мае гери чудан
2. Уке
 - аге уке –гяку цуки
 - сото уке- гяку цуки
 - гедан барай – гяку цуки

Играе се в ляв гард, при равен резултат и в десен.

ПРОГРАМА

11 МАЙ 2019 г.

09:30-10:30ч.	Заплащане вноска за участие – на място.
10:30ч.	Откриване на състезанието. Обща демонстрация на участниците. <ul style="list-style-type: none">- Единични техники- Щафетна игра- Ката- Кумите
15:00ч.	Награждаване.
16:00ч.	Закриване на състезанието.

АДМИНИСТРАТИВНИ ИЗИСКВАНИЯ

Заявка за участие:

Заявки се подават в писмен вид по E-mail, като се попълни приложената бланка или в онлайн базата за регистрация на БФШК /tomovi.eu/.
При заявки с непълна информация или получени след указаният срок, таксата за участие се удвоява.

Правила:

В състезателната зона се допускат не повече от двама инструктори (водачи) за всеки отбор. Единствено те имат право да се обръщат към арбитъра или главният съдия. Водачът е отговорен за поведението, етикецията и отношението на състезателите и поддръжниците на отбора си. Непристойно поведение от страна на водача, състезатели или публика води до дисквалификация на отбора.

Гл. инструктор на КК "Светлина": Светла Костова