

УТВЕРЖДАЮ
Директор СПб ГБУ
«Центр физической культуры и спорта
«Нарвская Застава»



С.В. Евсеев
2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении физкультурного мероприятия «День физкультурника в Кировском районе».

1. Цели и задачи.

Физкультурное мероприятие «День физкультурника в Кировском районе» (далее – мероприятие), проводится с целью популяризации физической культуры и спорта среди жителей Кировского района.

Основными задачами проведения мероприятия являются:

- привлечение жителей Кировского района к систематическим занятиям физической культурой;
- пропаганда здорового образа жизни и организация активного досуга жителей.

2. Организация проведения мероприятия.

Организатором мероприятия является Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение «Центр физической культуры и спорта «Нарвская застава» (далее – СПб ГБУ «ЦФК и С «Нарвская застава»)), которое обеспечивает непосредственное проведение совместно с организацией, выигравшей конкурс на право проведения физкультурного мероприятия - Общество с ограниченной ответственностью «Арта».

3. Время и место проведения мероприятия.

Мероприятие проводится **12 августа 2023 года** на стадионе «Шторм», пр. Н. Ополчения, д. 24. Начало в **12.00**.

4. Участники мероприятия.

К участию в мероприятии допускаются команды трудовых коллективов, спортивных клубов и секций, муниципальных образований и жители Кировского района.

5. Программа и условия проведения мероприятия.

11:30-13:00 – регистрация участников, выдача флаеров;

12:00-12:30 – построение участников, торжественное открытие, награждение спортсменов и работников сферы физической культуры и спорта, показательные выступления;

12:30-15:00 – соревнования по мини-футболу, силовому экстриму, рубке шашкой, «ягодичный мостик», полоса препятствий, ВФСК ГТО, волейбол сидя. Интерактивные зоны, мастер-классы, лотерея.

Соревнования:

1) Мини-футбол.

Состав команды – 5 человек (1 – вратарь). Возраст участников – 17 лет и старше. 2 периода по 10 мин. Схема проведения определяется в зависимости от количества поданных заявок. Участникам необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность, и медицинский допуск к участию в мероприятии.

2) «Чемпионат России по силовому экстриму среди средневесов в парах».

Состав команды – 2 человека (мужчины). Возраст участников – 24 года и старше. Соревнования проводятся в соответствии с Правилами Федерации силового экстрима России.

Участникам необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность и медицинский допуск к участию в мероприятии.

3) ВФСК ГТО

Личный зачет. Участникам необходимо иметь при себе медицинский допуск и персональный унифицированный номер (УИН), который можно получить при регистрации во всероссийской системе АИС ГТО на сайте www.gto.ru (сайт ВФСК «ГТО»).

Виды испытаний:

1. Подтягивание из вися на высокой перекладине / подтягивание из вися на низкой перекладине;
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (1 минута);
3. Наклон вперед из положения стоя / прыжок с места в длину толчком двумя ногами;
4. Подъем туловища из положения лежа на спине (1 минута);
5. Бег на выносливость.

Виды испытаний могут меняться по решению организаторов.

4) Рубка шашкой

Мероприятие личное, проводится в 5 группах сложности, за основу проведения берутся Правила ФРШ «Казарла». Возраст участников – 18 лет и старше. Участникам необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность и медицинский допуск к участию в мероприятии.

5) «Ягодичный мостик»

Мероприятие личное. Возраст участников – 18 лет и старше. Мероприятие проводится среди женщин в подъеме максимального веса на одно повторение. Результат определяется в килограммах. Участникам необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность и медицинский допуск к участию в мероприятии.

6) Полоса препятствий.

Мероприятие личное. Возраст участников – 18 лет и старше. Участникам необходимо преодолеть полосу препятствий за установленное время без штрафов. Участникам необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность и медицинский допуск к участию в мероприятии.

Содержание соревнований может меняться по решению организаторов.

Интерактивные зоны:

На входе участник получает флаер. За выполнение любого задания участник получает штампик (печать) на флаер. Нужно собрать минимум шесть штампиков, чтобы принять участие в розыгрыше призов.

1. «Дартс». Для получения штампика необходимо набрать не менее 40 очков за 3 броска.
2. «Зналок спорта». Участникам предлагается ответить на 10 вопросов, посвященных спорту. Для получения штампика необходимо правильно ответить минимум на 6 вопросов.
3. «Беличье колесо». Для получения штампика участнику необходимо преодолеть дистанцию в «беличьем колесе».
4. «Бег в ластах». Для получения штампика необходимо преодолеть дистанцию в гигантских ластах.
5. «Памперсы». Для получения штампика необходимо преодолеть дистанцию в гигантских памперсах.
6. «Перетягивание сосиски». Две команды берутся за разные концы сосиски, каждая команда тянет сосиски на себя, побеждают те, кто перетянет команду противника на свою сторону. Главное правило во время игры – не выпускать сосиски из рук. Участники команды-победителя получают штампик.
7. «Обруч». Участники выстраиваются в цепочку и берутся за руки. Первому дается в руки обруч, и он (не отпуская руку соседа) пролезает сквозь него. Затем стоящий рядом также пролезает через обруч и т. д. Последний в цепочке, пройдя сквозь обруч, берет его в руки – эстафета

завершена. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание. Участники команды-победителя получают штампики.

8. «Военизированная полоса». Командное соревнование будет проходить с 12.30 до 13.30, с 13.30 до 14.30 можно будет пройти полосу индивидуально. Для командного зачета: состав команды 6 человек: 4 мужчины и 2 женщины. На старте участники выстраиваются парами в колонну. Первая пара надевает военную амуницию, берет ящики и выполняет последовательно 6 этапов полосы: 1. «Черенок» - этап на равновесие. Участникам нужно покрутиться вокруг черенка, не отводя от него взгляд. 2. «Сетка» - проползти с ящиками под сеткой. 3. «Машина» - проползти под машиной с ящиками. 4. «Берпи» - участники выполняют 10 берпи. 5. «Тир» - участникам нужно попасть в мишень. 6. «Носилки» - участники берут носилки или груз и бегут до финиша, передавая следующей паре. Следующие пары выполняют также 6 этапов. Для личного зачета: участник также проходит 6 этапов полосы. Все участники получают печать во флаер.

9. «Простынь-бол». В игре принимают участие 2 команды по 4-6 человек, которые разбиваются на пары. Каждая пара получает по одному полотенцу, которое они держат за края по разные стороны. Каждая команда занимает свое место на площадке, по разные стороны от сетки. Расстановка игроков и правила как в пионерболе. Отличие в том, что подача и ловля мяча происходит с помощью полотенца. Участники команды-победителя получают штампики.

10. «Настольный теннис». За основу проведения мероприятия берутся Правила соревнований по настольному теннису по круговой системе. Участник-победитель получает штампик.

11. Также печать во флаер получают все участники любого из соревнований, и все прошедшие тестирование ГТО.

Содержание интерактивных зон может меняться по решению организаторов.

Мастер-классы.

1. По сборке-разборке автомата;
2. По оказанию «первой помощи»;
3. Интерактивный мастер-класс по пожарной безопасности;
4. Интерактивный мастер-класс по безопасности на воде;
5. Аквагим;
6. Мас-рестлинг.

6. Поощрение участников.

Наиболее отличившиеся участники в соревнованиях поощряются грамотами, кубками, медалями.

7. Финансирование мероприятия.

Финансирование организации и проведения мероприятия осуществляется в соответствии с настоящим положением в объёме выделенных бюджетных средств.

8. Обеспечение безопасности участников и зрителей.

Мероприятие проводится в соответствии с нормативными правовыми актами, действующими на территории Российской Федерации и направленными на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

Организация оказания медицинской помощи осуществляется в соответствии приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020г. № 1144Н «Об утверждении порядка 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» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

Риск получения травм и нанесения вреда своему здоровью во время проведения мероприятия возлагается на участника, при этом организатор или иные лица не несут ответственности за полученные травмы и возможный вред здоровью, связанные с участием в мероприятии.

Мероприятие проводится в соответствии со стандартом безопасной деятельности СПб ГБУ «ЦФК и С «Нарвская застава», в том числе санитарно-гигиенической безопасности, в целях противодействия распространения в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

9. Заявки.

Оформленные командные заявки (см. Приложение №1) на участие в соревнованиях, подаются до **10.08.2023** г. в электронном виде по адресу: **smr@nz-sport.ru**. Предварительная регистрация обязательна. Оригинал заявки подается в день мероприятия по месту проведения.

Для участия в интерактивах и мастер-классах регистрация проходит в день мероприятия по месту проведения с 11.30-13.30 без предварительной регистрации.

Сведения о персональных данных участников, указанных в заявке, являются согласием данных лиц на их обработку организатором мероприятия.

СОГЛАСОВАНО:

И.о. заместителя директора
по спортивно-массовой работе



Е.Г. Гуринович

ВИЗА:



Заявка
на участие в физкультурном мероприятии «День физкультурника в Кировском районе»

_____ (вид соревнований)

от _____ (предприятие, организация, образовательное учреждение)

стадион «Шторм», пр. Н. Ополчения, д. 24

12 августа 2023 г.

№	ФИО	Дата рождения	Допуск врача (подпись, печать)
1			
2			
3...			

Допущено к мероприятию _____ чел.

Врач _____ / _____ /
МП

Руководитель _____ / _____ /
МП (ФИО)

Представитель команды: _____ / _____ /
(ФИО)

Контактный телефон (мобильный): _____