



АДМИНИСТРАЦИЯ  
ЧЕСМЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

---

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

«18» мая 2020 г.

№ 413

с.Чесма

О проведении в Чесменском  
муниципальном районе  
стимулирующего интернет - конкурса  
яГОТОВЧесма

В связи с введением на территории Чесменского муниципального района режима повышенной готовности и в целях пропаганды самостоятельных занятий физической культурой, а так же, пропаганды Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди населения

**ПОСТАНОВЛЯЮ:**

1. Председателю Комитета физической культуры и спорта (Рахматулина Н.В.) организовать проведение «Стимулирующего интернет - конкурса, направленного на подготовку населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в домашних условиях» в Чесменском муниципальном районе в период с 25 мая по 25 июня 2020 года.
2. МКУ Управление образования администрации Чесменского муниципального района (Артемьева Е.М.) организовать участие в данном интернет - конкурсе детей школьного возраста, а так же, учащейся и работающей молодёжи.
3. Рекомендовать главам сельских поселений принять необходимые меры по организации участия в данном мероприятии населения среднего и старшего возраста
4. Утвердить оргкомитет по подготовке и проведению «Стимулирующего интернет - конкурса, направленного на подготовку населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в домашних условиях» в Чесменском муниципальном районе (приложение №1).
5. Утвердить Положение о проведении «Стимулирующего интернет - конкурса, направленного на подготовку населения к выполнению

нормативов ВФСК ГТО в домашних условиях» в Чесменском муниципальном районе (приложение №2)

6. Рекомендовать районной газете «Степные зори» (Емельянова Н.В.) и пресс-секретарю Главы района (Соболева М.А.) осветить данное мероприятие в средствах массовой информации.
7. Настоящее постановление подлежит обнародованию.
8. Контроль исполнения данного постановления возложить на первого заместителя главы района (Тимашова И.В.).

Глава района



Т.В.Жморщук

### СОСТАВ

оргкомитета по подготовке и проведению «Стимулирующего интернет - конкурса, направленного на подготовку населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в домашних условиях» в Чесменском муниципальном районе.

Председатель оргкомитета:

Тимашова И.В. – Первый заместитель главы Чесменского муниципального района.

Заместитель председателя:

Рахматулина Н.В. – председатель комитета по развитию массовой физической культуры и спорта;

Члены оргкомитета:

1. Артемьева Е.М. – начальник управления образования;
2. Сорокин Е.Н. – директор МБУ ФОК «Спарта»;

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о проведении стимулирующего интернет - конкурса #яГоТОВЧесма, направленного на подготовку в домашних условиях населения Чесменского района к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее положение устанавливает порядок проведения стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма, направленного на осуществление в домашних условиях подготовки граждан Чесменского района к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее - комплекс ГТО) (далее - Стимулирующий конкурс).

1.2. Стимулирующий конкурс #яГоТОВЧесма проводится на основе передового опыта Министерства спорта Российской Федерации «Всероссийского стимулирующего конкурса #яГоТОВ».

#### **2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ**

2.1. Основной целью Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма является вовлечение населения Чесменского района в систематические занятия физической культурой и спортом.

2.2. Задачи Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма:

- осуществление в домашних условиях подготовки населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- создание положительного образа и информационного поля вокруг комплекса ГТО;
- повышение привлекательности систематических занятий физической культурой и спортом, ведения здорового образа жизни среди различных возрастных групп населения Чесменского района;
- продвижение передового опыта дистанционной работы с населением в условиях самоизоляции.

#### **3. ОРГАНИЗАТОРЫ И РУКОВОДСТВО**

3.1. Организатором является Комитет физической культуры и спорта Чесменского муниципального района

3.2. Непосредственное проведение стимулирующего конкурса возлагается на сотрудников Центра Тестирования ВФСК ГТО МБУ ФОК «Спарта» в Чесменском районе.

#### **4. ОПРЕДЕЛЕНИЯ И ТЕРМИНЫ**

4.1. **Организатор** Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма – Комитет

физической культуры и спорта Чесменского муниципального района (далее - Организатор).

4.2. **Оператор** проведения Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма – Центр Тестирования ВФСК ГТО МБУ ФОК «Спарта» в Чесменском районе (далее - Оператор).

4.3. **Жюри** – группа экспертов назначенных из числа судей ГТО.

4.4. **Участники** Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма – жители Чесменского района Челябинской области в возрасте от 6 лет и старше, являющиеся участниками комплекса ГТО и зарегистрированные на официальном интернет-портале комплекса ГТО по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: <https://gto.ru/> (имеющие 11-значный уникальный идентификационный номер) и выполнившие условия Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма.

4.5. **Онлайн генератор** случайных чисел или «**Рандомайзер**» - удобный сервис, который позволяет сгенерировать число или последовательность случайных чисел из заданного диапазона.

4.6. **Видео** - видеоконтент, размещенный на личной странице участника Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма в социальных сетях, который содержит процесс выполнения участником Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма упражнений в домашних условиях, необходимых для успешного выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

## 5. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

5.1. Стимулирующий конкурс #яГоТОВЧесма проводится в период с 25 мая по 25 июня 2020 года.

5.2. С 25 мая по 20 июня – размещение видео участниками в социальной сети «ВКонтакте», проверка жюри выполнения требований к видео.

5.3. 21 июня 2020 года - дата проведения розыгрыша.

5.4. После 20 июня 2020 – награждение победителей.

## 6. УСЛОВИЯ

6.1. Перед выполнением упражнений участникам Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма следует:

– ознакомиться с инструкциями по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО и упражнений, способствующих подготовке к выполнению упражнений, размещенными в официальной группе ВФСК ГТО Чесменского района «ВКонтакте»: <https://vk.com/public184342048> или на официальном сайте МБУ ФОК «Спарта» по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: <http://mbufoksparta.eps74.ru/> .

6.2. Участник Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма должен иметь подписку на официальную группу ВФСК ГТО Чесменского района (<https://vk.com/public184342048>) в социальной сети «ВКонтакте».

6.3. Для участия в Стимулирующем конкурсе #яГоТОВЧесма необходимо записать на видео выполнение пяти упражнений, позволяющих подготовиться к успешному выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

6.4. Каждый участник Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма имеет право принять участие только один раз.

6.5. Дата публикации видео должна соответствовать периоду проведения Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма.

6.6. После записи видео необходимо разместить на личной странице участника Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма в социальной сети «ВКонтакте».

6.7. В описании к видео должны быть обязательно указаны следующие хештеги (фразы):

- #яГоТОВЧесма,
- 11-тизначный уникальный идентификационный номер участника комплекса ГТО без дефисов (например, #20770000013).

## **7. ВИДЫ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ УЧАСТИЯ**

- «сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» - 15 раз,
- «поднимание туловища из положения, лежа на спине» - 15 раз,
- «наклон вперед из положения стоя» - коснуться пола пальцами рук;
- «приседание» - 30 раз;
- «планка» - простоять в классической «планке» (на локтях) - 30 секунд.

## **8. ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ВИДЕО УЧАСТНИКОВ**

- 8.1. общая продолжительность видео (хронометраж) не более 4 минут;
- 8.2. время выполнения каждого упражнения - не более 1 минуты;
- 8.3. видео должно быть непрерывным и содержать в себе выполнение всех пяти видов упражнений (последовательность на усмотрение участника);

8.4. видео не должно:

- содержать бранные слова, непристойные и оскорбительные образы, сравнения и выражения, в том числе в отношении пола, расы, национальности, профессии, социальной категории, возраста, языка человека и гражданина;
- демонстрировать процессы курения и потребления алкогольной продукции;
- призывать к насилию и враждебности по отношению к отдельным лицам или группам людей по признаку социальной, расовой, национальной, языковой или религиозной принадлежности, содержать угрозы в отношении других лиц;
- побуждать к совершению опасных или незаконных действий, способных нанести вред здоровью или жизни;
- содержать рекламу (в том числе путем явной и целенаправленной демонстрации непосредственно рекламируемого продукта или услуги, его логотипа, фирменного наименования, а также иной ассоциации с третьими лицами, утверждения об одобрении Организатором товаров или услуги третьих лиц и прочее, а также упоминания продукта в положительном смысле, мошенничество или иное введение в заблуждение относительно потребительских свойств или качества товара/услуги);
- противоречить иным требованиям законодательства Российской Федерации о рекламе.

8.5. Участник Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма разрешает безвозмездное использование видео - со своим изображением для размещения в официальной группе социальной сети «ВКонтакте» и на официальном сайте МБУ ФОК «Спарта», а также внесение в них изменений, дополнений комментариями или какими бы то ни было пояснениями, элементами фирменного стиля комплекса ГТО.

8.6. Факт участия в Стимулирующем конкурсе #яГоТОВЧесма предусматривает, что его участники согласны с тем, что их имена, фамилии, иные персональные данные, фотографии, видео, интервью и другие материалы могут быть использованы Организатором и Оператором в информационных целях, в том числе на телевидении, радио, в прессе, интернете и других СМИ и для изготовления графических материалов без выплаты им какой-либо денежной компенсации.

Все исключительные права на такие интервью и фотографии будут принадлежать Организатору и Оператору.

## **9. ПОРЯДОК ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

9.1. В период проведения Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма формируется жюри из числа сотрудников Организатора и Оператора.

9.2. Все участники Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма при соответствии требований и условий, изложенных в настоящем Положении, принимают участие в абсолютном розыгрыше призов.

9.3. Розыгрыш осуществляется Оператором с применением публичного и общедоступного рандомайзер-сервиса «<https://www.randomes.top/>».

## **10. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ РОЗЫГРЫША**

10.1. наименования аккаунтов всех участников Стимулирующего конкурса #ЯГоТОВЧесма, выполнивших условия, заносятся в реестр с присвоением каждому аккаунту порядкового номера;

10.2. реестр участников Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма вносится (порядковыми номерами) в рандомайзер, указанный в настоящем Положении;

10.3. рандомайзер в случайном порядке определяет заданное число победителей, которые указываются в протоколе розыгрыша Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма и становятся обладателями призов;

10.4. уточнение победителя (Ф.И.О. его адреса и др.) осуществляется:

- по 11-тизначному уникальному идентификационному номеру участника комплекса ГТО;
- адресу электронной почты, указанной в личном кабинете при регистрации на официальном интернет-портале комплекса ГТО;
- иным доступным способом связи с победителями Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма.

10.5. Победитель Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма, принимая участие в конкурсе, соглашается разместить фотографию, на личной странице в социальной сети «ВКонтакте» с хештегом (фразами): #яГоТОВЧесма, и 11-значный уникальный идентификационный номер участника комплекса ГТО без дефисов (например, #20770000013).

## **11. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ УЧАСТНИКА**

11.1. Участник Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма имеет право:

- ознакомиться с настоящим Положением на официальном сайте Организатора и Оператора;
- принимать участие в Стимулирующем конкурсе #яГоТОВ в порядке, определенном настоящим Положением, и с соблюдением всех установленных условий, сроков и требований, предъявляемых к

видео;

- получать информацию об изменениях в настоящем Положении;
- получать от Организатора или Оператора необходимую информацию о порядке организации и проведения Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма.

11.2. Участие в Стимулирующем конкурсе #яГоТОВЧесма подразумевает ознакомление и полное согласие участников с настоящим Положением.

### **11.3. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРА**

11.4. Организатор Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма вправе:

- требовать от участников Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма соблюдения всех условий, указанных в настоящем Положении;
- отказать лицам в участии в Стимулирующем конкурсе #яГоТОВЧесма, не полностью выполнившим условия Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма, изложенные в настоящем Положении, или разместившего видео третьего лица;
- отменить Стимулирующий конкурс #яГоТОВ, разместив информационное сообщение об этом на официальном сайте Организатора и Оператора в официальных группах ГТО в социальных сетях «ВКонтакте».

11.5. Обязанностью Организатора является проведение Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма в порядке, сроки и на условиях, определенных настоящим Положением.

## **12. НАГРАЖДЕНИЕ**

12.1. Участники, занявшие 1, 2, 3 места в абсолютном розыгрыше награждаются кубками, медалями, грамотами соответствующих ступеней и памятными призами.

12.2. Каждому участнику конкурса вручается разовый абонемент на посещение бассейна МБУ ФОК «Спарта», которым можно будет воспользоваться после снятия ограничительных мер.

## **13. ФИНАНСИРОВАНИЕ**

13.1. Затраты, связанные с наградным материалом и работой жюри несёт Комитет по физической культуре и спорту Чесменского муниципального района.

## **14. ФОРС-МАЖОР**

14.1. Организатор не несет ответственности за перенос сроков и сбои в проведении Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма, а также за невозможность получения вознаграждения участником Стимулирующего конкурса #яГоТОВЧесма, вызванную обстоятельствами форс-мажора.

## **15. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

15.1. Настоящее Положение вступает в силу со дня его утверждения.

15.2. Справки по тел.2-14-58