|  |
| --- |
| УТВЕРЖДАЮ  Заместитель руководителя –  начальник отдела развития физической культуры и массового спорта главного управления по физической культуре и спорту администрации города Красноярска  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Каминский  " \_\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г. |

**Изменение в положение**

о проведении акции «Норма ГТО – путь к победе», посвященной празднованию 75 годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.

Красноярск

2020 г.

1. **Общие положения**

Открытая акция «Норма ГТО – путь к победе», посвященная празднованию 75 годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов» (далее – акция) приурочена к проведению Года памяти и славы в России и празднованию 75-летия Победы в Великой Отечественной войне.

Задачами проведения акции являются:

- формирование здорового образа жизни и привлечение людей с ограниченными возможностями здоровья к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

1. **Участники мероприятия**

К участию в Акции допускается все желающие, в том числе инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья.

Участники мероприятий участвуют в личном выступлении в номинации:

- «За волю к Победе».

1. **Программа мероприятия**

Для регистрации в акции участник предоставляет видеоролик выполнения выбранных нормативов.

Выполнение нормативов записывается на видеокамеру или камеру цифрового гаджета в следующей последовательности:

- участник (представитель) перед выполнением норматива (на камеру) представляется (называет фамилию), объявляет о своём участии в акции «выполнение нормативов ВФСК «ГТО» к 75-летию Победы!»;

- участник выполняет выбранные нормативы в общей сумме 75 раз;

Подведение итогов проводит судейская коллегия согласно критериям (Приложение №2).

Обязательные условия для участия в акции:

- быть участником социальной сети «ВКонтакте» в группе «ГТО в Красноярске» (vk.com/gto\_krsk24);

- видеоролик выставить на своей странице в социальной сети «ВКонтакте».

- ссылку на видеоролик со своей страницы направить по адресу [gtokrsk@mail.ru](mailto:gtokrsk@mail.ru), в сопроводительном письме указать вашу фамилию, имя, отчество, контактный телефон и адрес электронной почты.

- каждый участник дает свое согласие на обработку персональных данных.

Все полученные видеоролики ваших выступлений будут участвовать в конкурсе и будут выставлены в социальной сети «ВКонтакте» в группе «ГТО в Красноярске» (vk.com/gto\_krsk24).

Акция проводится в виде выполнения по выбору нормативов ВФСК:

* + - 1. Для лиц с интеллектуальными нарушениями, нарушениями слуха и зрения - сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине и поднимание туловища из положения лежа.
      2. Для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата:

- для лиц с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних конечностей - приседание на двух ногах, поднимание туловища из положения лежа;

- для лиц с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями нижних конечностей - сгибание-разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа и удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках (сек.) (можно заменить на литровую пластиковую тару наполненную водой);

- для лиц с травмами позвоночника и поражением спинного мозга - сгибание-разгибание рук в упоре лежа (в том числе сидя в коляске), удержание медицинбола 0,5 кг на вытянутых руках (сек.) (можно заменить на пол-литровую пластиковую тару наполненную водой), удержание волейбольного мяча обеими руками при травме шейного отдела позвоночника;

- для лиц с церебральным параличом - сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, приседание на двух ногах, удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках (сек.) (можно заменить на литровую пластиковую тару наполненную водой) и поднимание туловища из положения лежа;

- для лиц с низким ростом - сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине и поднимание туловища из положения лежа.

1. **Награждение**

Всем участникам Акции предоставляется электронный сертификат.

Победителям и призерам предоставляется подарочный сертификат:

Номинация «За волю к Победе»

- за 1 место – 5000 рублей;

- за 2 место – 3000 рублей;

- за 3 место – 2000 рублей.