



Положение
о проведении физкультурного мероприятия
"Готовлюсь к защите России"
Турнир по общей физической подготовке

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Физкультурное мероприятие "Готовлюсь к защите России" (далее – Положение, Мероприятие) проект – победитель XXVII конкурса социально-значимых проектов «Город-это мы».

1.2. Мероприятие проводится с целью развития физической культуры и спорта на территории города Перми.

Задачами Мероприятия являются:

- привлечение подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- создание условий для укрепления здоровья населения;
- пропаганда здорового образа жизни и приобщение подростков к активным занятиям физической культурой и спортом;
- профилактика наркомании и алкоголизма посредством вовлечения подростков в занятие физической культурой и спортом.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

2.1. Мероприятие проводится с 05 июля 2025 года.

2.2. Место проведения: г. Пермь, набережная реки Кама, спортивная часть.

Возможны изменения места и времени. Вся информация в официальной группе ВК <https://vk.com/anoruss>

III. ОРГАНИЗАТОРЫ СПАРТАКИАДЫ

3.1. Организаторами Мероприятия является АНО «Социально-значимые проекты «Русь»» (далее: Организация).

3.2. Ответственный за проведение Мероприятия: исполнительный директор АНО «СЗП РУСЬ» Константин Отавин +79128826869.

3.3. Группа ВК <https://vk.com/anoruss>

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

4.1. Мероприятие проводится по следующим упражнениям:

Упражнения (на выбор)

- Подтягивания на перекладине за 1 минуту
- Отжимания на брусьях за 1 минуту
- Подъём переворотом за 1 минуту

Возрастные номинации:

13-14, 15-16, 17-18 лет

4.2. Регламент участия.

Каждый участник самостоятельно по желанию выбирает и выполняет отдельные упражнения (одно или несколько), указанные в пункте 4.1 настоящего Положения. Участник может принять участие в любом количестве упражнений.

Время выполнения одного упражнения 1 минута. Отдых без ограничений. Количество подходов неограниченно.

4.3. Экипировка участников Мероприятия в обязательном порядке предусматривает наличие спортивной формы.

4.4. Техника выполнения упражнений:

Техника упражнений буде показана непосредственно на самом мероприятии.

V. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

5.1. По итогам Мероприятия определяются победители и призеры по каждой категории Мероприятия: победители и призеры по 3 возрастным категориям среди юношей.

VI. НАГРАЖДЕНИЕ

6.1. Все участники, выступившие на мероприятии награждаются медалью участника.

Призёры в своих возрастных номинациях награждаются медалями и дипломами.

Победители мероприятия награждаются кубками, дипломами и призами от партнеров Мероприятия.