**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении конкурсе видеороликов "Мои шаги к знаку ГТО**"

1. **Общие положения**

1.1. Конкурс «Мои шаги к знаку ГТО!» (далее - Конкурс) проводится с целью вовлечение детей и подростков с нарушением интеллекта, остаточным зрением и ПОДА в выполнение нормативов ВФСК ГТО посредством проведения конкурса фото-видео роликов "Мои шаги к знаку ГТО"

1.2. Задачи Конкурса:

- привлечение общественного внимания к жизни и творчеству детей и подростков в возрасте 6-17 лет с ограниченными возможностями здоровья

- информирование не менее 120 детей и подростков в возрасте 6-17 лет с ограниченными возможностями здоровья о проведении конкурса видео роликов «Мои шаги к знаку ГТО».

- отбор из участников не менее 10 человек, которые примут участие в конкурсе

- трансляция лучших работ на фестивале "ГТО Живи! Участвуй! Побеждай!", на сайте организатора (www.fondsr48.ru) и сайтах партнеров проекта.

- популяризации участия в благотворительных программах, повышению престижа деятельности добровольцев (волонтеров).

1. **Руководство проведением Конкурса**

2.1. Конкурс проводится при поддержке Липецкого городского общественного фонда социального развития.

2.2. Непосредственная организация и проведение Конкурса возлагается на Липецкий городской общественный фонда социального развития.

2.3. Полномочия организатора Конкурса.

2.3.1. Организатор обязуется:

- информировать участников об условиях, порядке и сроках проведения Конкурса путем размещения информации на интернет-сайтах fondsr48.ru, vk.com/fundlip

- принимать заявки и видеоролики;

- рассматривать работы на предмет соответствия требованиям Конкурса;

- определять победителей Конкурса по результатам открытого онлайн-голосования на странице https:// vk.com/fundlip (определяются 3 победителя)

- организовывать награждение победителей Конкурса.

2.3.2. Организатор вправе:

-использовать конкурсные материалы целиком или их отдельные фрагменты в рекламных целях Конкурса, а также для пропаганды комплекса ГТО на спортивно - массовых мероприятиях, на интернет-сайтах fondsr48.ru, vk.com/fundlip k и других средствах массовой информации.

1. **Порядок и сроки проведения Конкурса**

3.1. Участники: Дети и подростки в возрасте от 6 до 17 лет, имеющие ограниченные возможности здоровья (с остаточным зрением, ПОДА, с нарушением интеллекта).

Видеоматериалы участников принимаются с согласия их родителей или законных представителей

Участники конкурса предоставляют заявку установленной формы (Приложение №1). Подготовленный ролик вместе с заявкой присылают по e-mail: blago-lipetsk@yandex.ru или vk.com/fundlip

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Информирование целевой аудитории проекта об условиях проводимого Конкурса в соцсетях, на официальных сайтах партнеров проекта, во время личных встреч и проведения комплекса мероприятий «ГТО: смог я – сможешь и ты!». | 15.08.2021  10.10.2021 |
| 2 | Регистрация участников конкурса (прием заявок на участие в конкурсе по электронной почте) Заявку на участие в конкурсе присылают по e-mail, снимают на мобильный телефон то, как они готовятся к выполнению нормативов. Присылают готовый ролик. | 15.09.2021  15.10.2021 |
| 3 | Размещение на информационных ресурсах проекта работ участников конкурса. Организация открытого голосования в соцсетях, с целью выявления лучшего ролика. Публикация в соцсетях и на официальных сайтах партнеров проекта результатов голосования конкурса "Мои шаги к знаку ГТО". Жюри просматривает ролик на предмет его соответствия требованиям положения о конкурсе Определение 3 ролика, набравшие наибольшее количество голосов | 27.09.2021  20.10.2021 |
| 4 | Демонстрация роликов победителей конкурса «Мои шаги к знаку ГТО» на проведении фестиваля "ГТО. Живи! Участвуй! Побеждай!" на базе физкультурно-оздоровительного комплекса "Пламя"  Награждение победителей. | Время проведение фестиваля будет заранее уточнено. |

* 1. **Видеоролики, представленные после установленных сроков и не отвечающие условиям конкурса, не рассматриваются**.
  2. Конкурсные материалы не возвращаются.

1. **Требования к содержанию конкурсных материалов**

4.1. Представляемые на Конкурс видеоматериалы должны соответствовать целям и задачам Конкурса, указанным в настоящем Положении.

4.2. Тема конкурсных видеоматериалов должна быть напрямую связана с комплексом ГТО, мотивировать к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

4.3. Ответственность за соблюдение авторских прав на представленные конкурсные материалы несёт участник Конкурса.

4.4. Конкурсные видеоматериалы не должны: противоречить законодательству Российской Федерации; содержать ненормативную лексику, агрессию, межнациональную дискриминацию.

4.5. Видеоролик должен: сопровождаться музыкальным и (или) речевым сопровождением, продолжительностью не более 1,5 минут и снят в формате не менее 720р, соотношение 16:9. Снимается на мобильный телефон ролик (видеоматериал) то, как они готовятся к выполнению нормативов. Выполнение не менее 2-3 упражнений.

4.6. ***Конкурсные видеоматериалы, не соответствующие указанным требованиям, к рассмотрению не принимаются.***

1. **Порядок награждения победителей**

5.2. Авторы лучших работ Конкурса будут награждены памятными подарками и дипломами за I, II, III места.

5.3. Расходы, связанные с приобретением наградного материала для победителей Конкурса, несёт Липецкий городской общественный фонд социального развития за счет средств Президентского гранта.

**Упражнения для проведения конкурса видеороликов**

**"Мои шаги к знаку ГТО**"

|  |  |
| --- | --- |
| **Участник с ОВЗ (с остаточным зрением)** | |
| 1 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) |
| 2. | Подтягивание высокая/низкая перекладина |
| 3. | Рывок гири 16 кг. |
| 4. | Сгибание/разгибание рук в упоре лежа на полу/ о гимнастическую скамью |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за минуту) |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. |
| **Участник с ОВЗ (С поражением верхних конечностей)** | |
| 1 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) |
| 2. | Приседание на двух ногах (количество раз) |
| 3. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) |
| 4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. см |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 15 сек) |
| 6. | Удар по мячу на точность в квадрат 1,5\*1,5 м. дист 3 м (5попыток) |
| **Участник с ОВЗ (С поражением нижних конечностей)** | |
| 1 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (протезами) (СМ) |
| 2. | Выкрут в плечевых суставах (Расстояние между кистями см) |
| 3. | Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске/стоя на протезах (м) |
| 4. | Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках. |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине |
| 6. | Сгибание/разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) |
| **Участник с ОВЗ (С церебральным параличом)** | |
| 1 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) |
| 2. | Выкрут в плечевых суставах (Расстояние между кистями (см) |
| 3. | Метание теннисного мяча из положения сидя /стоя (м) |
| 4. | Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках. |
| 5. | Приседание на двух ногах (количество раз) |
| 6. | Сгибание/разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) |
| **Участник с ОВЗ (интеллектуальные нарушения)** | |
| 1 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) |
| 2. | Подтягивание высокая/низкая перекладина |
| 3. | Рывок гири 16 кг. |
| 4. | Сгибание/разгибание рук в упоре лежа на полу/ о гимнастическую скамью |
| 5. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за минуту) |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. |

*Приложение 1*

### ФОРМА ЗАЯВКИ

**на участие в конкурсе видеороликов "Мои шаги к знаку ГТО**"

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Фамилия, имя, отчество автора (авторов) |  |
| 2 | Возраст |  |
| 3 | Название ролика |  |
| 4 | Контактный номер телефона |  |
| 5. | Согласие родителей |  |
| 6 | Е-mail для отправки результатов |  |