УТВЕРЖДАЮ

Глава администрации

Янтиковского района

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Ванерке

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 года

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении районного спортивного конкурса,**

**посвященного Международному Дню борьбы с наркоманией**

**Общие положения**

Настоящее положение устанавливает порядок проведения районного спортивного конкурса, посвященного Международному Дню борьбы с наркоманией (далее – Конкурс).

**Цель и задачи**

Основной целью Конкурса является пропаганда здорового образа жизни и занятий спортом среди молодежи.

Задачи:

* формирование потребности к занятиям физкультурой и спортом как основным средствам здорового образа жизни;
* использование средств физкультуры и спорта в укреплении здоровья молодежи.

**Определения и термины**

Организатором Конкурса является сектор социального развития и архивного дела администрации Янтиковского района.

Соорганизатором Конкурса выступает Молодежное правительство Янтиковского района.

Участники Конкурса - граждане Российской Федерации, постоянно проживающие на территории Янтиковского района, в возрасте от 18 лет и старше, зарегистрированные в автоматизированной информационной системе «Молодежь России» и выполнившие условия Конкурса.

Видео-контент, размещенный на личной странице участника Конкурса в социальной сети «Вконтакте», который содержит процесс выполнения участников Конкурса упражнений в домашних условиях.

**Условия и порядок проведения**

Перед выполнением упражнений Конкурса следует ознакомиться с инструкциями по выполнению упражнений (Приложение).

Участник Конкурса должен иметь подписку на сообщество «Молодежь Янтиковского района» в социальной сети «Вконтакте».

Для участия в Конкурсе необходимо записать на видео выполнение пяти упражнений в домашних условиях, который содержит процесс выполнения упражнений Конкурса.

Виды упражнений для участия в Конкурсе:

* «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.

После записи видео необходимо разместить на личной странице участника Конкурса в социальной сети «Вконтакте» с хештегом «НетнаркотикамЯнтиковскийрайон».

В описании к видео должен быть обязательно указан хештег «НетнаркотикамЯнтиковскийрайон».

Требования, предъявляемые к видео участников Конкурса:

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

Конкурс проводится в период с 15 по 26 июня 2020 года.

Дата проведения розыгрыша в прямом эфире – 26 июня 2020 года.

Призовой фонд Конкурса включает в себя подписку на периодические издания:

* «Здоровье» на 5 месяцев;
* «Культура физическое и здоровье» на 6 месяцев;
* «Вестник» ЗОЖ» на 6 месяцев.

Каждый участник Конкурса имеет право принять участие в Конкурсе только один раз. Дата публикации видео должна соответствовать периоду проведения Конкурса.

Участник Конкурса разрешает безвозмездное использование видео- со своим изображением для размещения на официальном сайте Янтиковского района, а также внесение в них изменений, дополнений комментариями или какими бы то ни было пояснениями.

Факт участия в Конкурсе предусматривает, что его участники согласны с тем, что их имена, фамилии, иные персональные данные, фотографии, видео, интервью и другие материалы могут быть использованы Организатором в информационных целях, в том числе на телевидении, радио, в прессе, интернете и других СМИ.

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

**Порядок проведения итогов**

В период проведения Конкурса формируется жюри из числа сотрудников Организатора и Соорганизатора.

Все участники Конкурса при соответствии требованиям, изложенным в настоящем Положении, принимают участие в розыгрыше призов.

Розыгрыш призов осуществляется Оператором в прямом эфире в социальной сети «Вконтакте» по адресу с применением публичного и общедоступного рандомайзер-сервиса «Randomes.top».

Порядок проведения розыгрышей:

* наименование аккаунтов всех участников Конкурса, выполнивших условия, заносятся в реестр с присвоением каждому аккаунту порядкового номера;
* реестр участников Конкурса (в прямом эфире) вносится (порядковыми номерами) в рандомайзер-сервис;
* рандомайзер-сервис в случайном порядке определяет трех победителей, которые указываются в протоколе розыгрыша и становятся обладателями призов:
* 1 (одной) подписки на пять месяцев на периодическое издание «Здоровье»- 1 победитель;
* 1 (одной) подписки периодического издания «Культура физическая и здоровье» на шесть месяцев- 1 победитель;
* 1 (одной) подписки периодического издания «Вестник ЗОЖ» на шесть месяцев- 1 победитель.

Получение приза возможно в Отделении почтовой связи по адресу с. Янтиково, пр. Ленина, д.15 по предъявлению сертификата победителя.

**Права и обязанности участника**

Участник Конкурса имеет право:

* ознакомиться с настоящим Положением на официальном сайте администрации Янтиковского района;
* принимать участие в Конкурсе 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 необходимую информацию о порядке организации и проведения Конкурса.

Участие в Конкурсе подразумевает ознакомление и полное согласие участников Конкурса с настоящим Положением.

**Права и обязанности Организатора**

Организатор Конкурса вправе:

* требовать от участников Конкурса соблюдения всех условий, указанных в настоящем Положении;
* отказать лицам в участии в Конкурсе не полностью выполнивших условия Конкурса, изложенные в настоящем Положении, или разместившего видео третьего лица;
* отменить Конкурс, разместив информационное сообщение об этом на официальнос сайте Янтиковского района и официальной группе «Молодежь Янтиковского района» в социальной сети «Вконтакте».

Обязанностью Организатора является проведение Конкурса в порядке, сроки, и на условиях, определенным настоящим Положением.

**Финансирование**

Финансирование осуществляется за счет средств, предусмотренных на реализацию подпрограммы «Профилактика незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, наркомании в Янтиковском районе» муниципальной программы Янтиковского района «Обеспечение общественного порядка и противодействие преступности на территории Янтиковского района» утвержденной постановлением администрации Янтиковского района 25.03.2019 г. № 120.

**Контактное лицо: Соловьева Оксана Юрьевна, ведущий специалист-эксперт сектора социального развития и архивного дела администрации Янтиковского района, 2–14-98.**

Заведующий сектором

социального развития и архивного дела О.А. Кириллова

О.Ю. Соловьева \_\_\_\_\_\_\_\_

2-14-98

Приложение к положению о проведении районного спортивного конкурса, посвященного Международному Дню борьбы с наркоманией

**Инструкция по выполнению упражнений**

**Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу**

Выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжить выполнение испытания.

**Поднимание туловища из положения лежа на спине**

Выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет поднимания туловища, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.

**Наклон вперед из положения стоя**

Выполняется из исходного положения: стоя на полу, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. При выполнении испытания участник должен коснуться пальцами рук пола в течение 2 секунд.

**Приседание**

Выполняется из исходного положения: ноги на ширине плеч. Ноги должны быть немного согнуты, колени не тянутся, друг к другу и не сильно разводятся в противоположные стороны. Медленно согните ноги в коленях и опуститесь. В полном приседе ноги должны быть согнуты под прямым углом.

**Планка**

Выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию.