

**УТВЕРЖДАЮ:**

Начальник МКУ «Управление по  
молодежной политике и спорту  
Пермского муниципального  
района»

*А.Т. Катаев*

«2» августа 2020 г.



## **ПОЛОЖЕНИЕ РАЙОННОГО ОНЛАЙН-МАРАФОНА «GO-TO-SPORT»**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение определяет цель и задачи, порядок проведения онлайн-марафона «Go-To-Sport», приуроченного к всероссийскому дню физкультурника (далее – Марафон) и порядок предоставления работ участниками Марафон.

1.2. Марафон проводится Муниципальным казенным учреждением «Управление по молодёжной политике и спорту Пермского муниципального района» (далее – Управление) при поддержке проекта «ГТО ВСЕЙ СЕМЬЕЙ», победителя всероссийского конкурса молодежных проектов для физических лиц в 2019 году (далее – Организаторы).

1.3. Марафон проводится в рамках муниципальной программы «Развитие молодёжной политики в Пермском муниципальном районе на 2018-2020 годы», утвержденной постановлением Администрации Пермского муниципального района от 25.12.2017 №535-С.

### **2. Цель, формат и этапы проведения марафона**

2.1. Марафон проводится с целью пропаганды здорового образа жизни и формирования позитивного образа всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО).

2.2. Марафон призван привлечь внимание молодежи, молодых семей, молодежных сообществ, в том числе семейных клубов, волонтерских отрядов, осуществляющих свою деятельность на территории Пермского муниципального района к важности ведения здорового образа жизни на протяжении всей жизни, и направлен на создание положительного имиджа здоровой и благополучной семьи.

2.3. Официальные группы марафона в социальной сети «ВКонтакте» – [https://vk.com/mp\\_permraion](https://vk.com/mp_permraion) и проекта «ГТО ВСЕЙ СЕМЬЕЙ» – [https://vk.com/gtosemya\\_pmr](https://vk.com/gtosemya_pmr).

### **3. Сроки проведения марафона и регистрация участников**

3.1. Марафона состоится в период с 04.08.2020 г. по 18.08.2020 г. (включительно).

3.2. Регистрация участников доступна по ссылке – <https://vk.cc/axCKjq>.

3.3. Регистрация участников возможна на протяжении всего онлайн-марафона.

3.4. Участникам необходимо выполнить все этапы Марафона, определенные в разделе 5 настоящего Положения не позднее 16.08.2020 г.

### **4. Условия участия в марафоне**

4.1. Участие в Марафоне могут принимать физические лица в качестве индивидуального участника или в составе команд. Количество человек в команде не должно превышать 5 человек, в иных случаях необходимо согласовать количество человек с Организаторами.

4.2. Команды могут быть сформированы из:

4.2.1. физических лиц – членов одной семьи, без ограничений по возрасту, проживающих на территории Пермского муниципального района;

4.2.2. членов семейных клубов или клубов молодых семей Пермского муниципального района;

4.2.3. членов авторских коллективов, волонтерских отрядов и молодежных активов;

4.2.3. членов творческих коллективов, инициативных групп образовательных учреждений и учреждений культуры;

4.3. Участие в Марафоне бесплатное.

4.4. Каждой команде необходимо выполнить все задания в рамках этапов Марафона.

4.5. Марафон проводится в заочном формате.

### **5. Описание заданий марафона**

5.1. Марафон включает в себя 5 основных этапов:

#### **5.1.1. Задание №1 «Фоточеллендж «Живу спортом»:**

Участникам Марафона необходимо опубликовать креативную фотографию, отражающую ценности здорового образа жизни на личной странице в социальной сети «ВКонтакте» с сопровождающим текстом под хэштегами #семейныеГТО и #пермрайон2020. В случае командного участия необходимо опубликовать командное фото на странице одного или всех членов команды. Допускается публикаций фото каждого участника команды.

Страница участника в социальной сети «ВКонтакте» должна быть открыта для просмотра другими пользователями.

#### **5.1.2. Задание №2 «Публикация поздравления с Днем физкультурника»:**



Участникам Марафона в формате изображения (рисунок, коллаж, постановочное фото) или видеоролика необходимо опубликовать поздравление с Днем физкультурника в социальной сети «ВКонтакте» с сопровождающим текстом хэштегами #семейныеГТО и #пермрайон2020. В случае командного участия необходимо опубликовать командное поздравление на странице одного или всех членов команды.

Страница участника в социальной сети «ВКонтакте» должна быть открыта для просмотра другими пользователями.

#### **5.1.3. Задание №3 «Подготовка к ГТО»:**

Участникам Марафона необходимо разработать комплекс из 3-5 упражнение или советов подготовки к сдаче нормативов ГТО в формате изображения (рисунок, коллаж, постановочное фото, текст) или видеоролика с размещением работы в социальной сети «ВКонтакте» с хэштегами #семейныеГТО и #пермрайон2020. В случае командного участия необходимо опубликовать командную работу на странице одного или всех членов команды.

Страница участника в социальной сети «ВКонтакте» должна быть открыта для просмотра другими пользователями.

#### **5.1.4. Задание №4 «Полезный рецепт»:**

Участникам Марафона необходимо опубликовать рецепт «здорового» блюда или напитка, который они готовят дома в формате изображения (рисунок, коллаж, постановочное фото, текст) или видеоролика с размещением работы в социальной сети «ВКонтакте» с хэштегами #семейныеГТО и #пермрайон2020. В случае командного участия необходимо опубликовать командную работу на странице одного или всех членов команды.

Страница участника в социальной сети «ВКонтакте» должна быть открыта для просмотра другими пользователями.

#### **5.1.5. Задание №5 «Трекер привычек»:**

Участникам Марафона предлагается завести свой личный трекер привычек согласно Приложению 1 настоящего Положения (в распечатанном варианте или электронном) в который должны войти «полезные привычки» (утренняя зарядка, пить не менее 2 литров воды в день, вечерние прогулки и т.д.). Каждый день участникам необходимо отмечать выполнение действий в трекере привычек. 16.08.2020 года необходимо опубликовать свой трекер привычек с мотивационным постом (какие привычки выбрали для себя и почему, каких результатов получилось достигнуть, что не получилось и т.д.). В случае командного участия, необходимо опубликовать итоговый пост с трекерами привычек всех участников команды и их мнениями.

Страница участника в социальной сети «ВКонтакте» должна быть открыта для просмотра другими пользователями.

5.2. Информация о всех этапах Марафона будет опубликована в официальной группе Управления в социальной сети «ВКонтакте» – [https://vk.com/mp\\_permraion](https://vk.com/mp_permraion) и проекта «ГТО ВСЕЙ СЕМЬЕЙ» – [https://vk.com/gtosemya\\_pmr](https://vk.com/gtosemya_pmr).

## **6. Порядок представления материалов**

6.1. Предоставление материалов осуществляется путем размещения работ, выполненных командами и индивидуальными участниками Марафона, на личной странице или группе сообщества в социальной сети «ВКонтакте» с хэштегами #семейныеГТО и #пермрайон2020.

6.2. Участники Марафона гарантируют, что представленные ими личные сведения являются достоверными.

6.3. Публикация работ под хэштегом #семейныеГТО является подтверждением, что участник ознакомлен с данным Положением и согласен с порядком и условиями проведения Марафона.

6.4. Все материалы должны быть размещены до 16.08.2020 (включительно) в социальной сети «ВКонтакте» и не удаляться участниками в период до 20.08.2020 г.

## **7. Порядок определения победителей и награды**

7.1. По итогам Марафона будут определены победители и призеры в командном зачете и индивидуальном зачете.

7.2. Победителем и призером станут участники, набравшие наибольшее количество баллов.

7.3. Распределение баллов по этапам:

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование этапов</b>	<b>Критерии оценки и баллы за выполнение задания</b>	<b>Дополнительные баллы по итогам онлайн- голосования</b>
1	Задание №1 «Фоточеллендж Живу спортом»	Соответствие фото теме задания – 2 балла  Сопровождение фото описанием (текстом поста) – 1 балл  Оригинальность и креативность исполнения фотографии – 3  Всего – 6 баллов	0



2	Задание №2 «Публикация поздравления с Днем физкультурника»	Соответствие поздравления теме задания – 2 балла  Оригинальность и креативность исполнения – 3  Всего – 5 баллов	10 баллов <i>*Дополнительные баллы будут начислены участникам интернет-голосования и в соответствии с рейтингом</i>
3	Задание №3 «Подготовка к ГТО»	Соответствие упражнений и советов теме задания – 2 балла  Оригинальность и креативность исполнения – 3  Всего – 5 баллов	10 баллов <i>*Дополнительные баллы будут начислены участникам интернет-голосования и в соответствии с рейтингом</i>
4	Задание №4 «Семейный рецепт»	Соответствие рецепта теме задания – 2 балла  Оригинальность и креативность исполнения – 3  Всего – 5 баллов	10 баллов <i>*Дополнительные баллы будут начислены участникам интернет-голосования и в соответствии с рейтингом</i>
5	Задание №5 «Трекер привычек»	Соответствие теме задания – 2 балла  Сопровождение публикации мотивационным текстом – 3 балла  Всего – 5 баллов	0

7.4. Дополнительные баллы будут определены путем проведения интернет-голосования, которое пройдет в официальной группе Управления в социальной сети «ВКонтакте» – [https://vk.com/mp\\_permraion](https://vk.com/mp_permraion)

7.5. На интернет-голосование будут выставлены работы, размещенные участниками в срок до 16.08.2020 г. (включительно) под хэштегами #семейныеГТО и #пермрайон2020.

7.6. Интернет-голосование будет проведено с 17.08.2020 г. по 18.08.2020 г. (включительно) гласно, открыто в онлайн-режиме в официальной группе по молодёжной политике «ВКонтакте» Пермского муниципального района.

7.7. В целях достижения объективности результатов в голосовании могут принимать участие, только участники официальной группы по молодёжной политике «ВКонтакте» Пермского муниципального района.

7.8. По итогам голосования будут распределены баллы в зависимости от количества голосов: 10 баллов получит участник, набравший наибольшее число голосов; 9 и 8 – участники, чьи работы заняли 2 и 3 место соответственно; 7 – 2 получают участники, занявшие с 4 по 9 место соответственно; по 1 баллу – все участники, чьи работы заняли 10 позицию рейтинга и ниже.

7.9. Организаторы вправе не определять победителей и призеров Марафона в случае низкого качества представленных работ.

7.10. Работы победителя и призеров будут опубликованы на официальном сайте МКУ «Управление по молодёжной политике и спорту Пермского муниципального района» <http://molpermraion.ru> и в официальной группе по молодёжной политике в «ВКонтакте» – [https://vk.com/mp\\_permraion](https://vk.com/mp_permraion).

7.11. Все участники Марафона получают электронный сертификат об участии и возможность участия в большой семейной фотосессии Пермского муниципального района в рамках проекта «ГТО ВСЕЙ СЕМЬЕЙ».

7.12. Распределение наград:

7.12.1. *Индивидуальный зачет*: победитель Марафона получит брендированный свитшот. Призер, занявший 2 место, получит подарочную карту в магазин «Decathlon» номиналом в 1 000 (одну тысячу) рублей. Призер, занявший 3 место, получит брендированную термокружку.

7.12.2. *Командный зачет*: члены команды-победителя Марафона получают брендированные свитшоты; команда, занявшая второе место – подарочную карту в магазин «Decathlon» номиналом в 1 500 (одну тысячу пятьсот) рублей. За третье место всем членам команды предусмотрены брендированные сумки-мешки.

7.13. Организаторы вправе использовать все материалы, предоставленные всеми участниками Марафона.

## **7. Авторские права**

7.1. Ответственность за соблюдение авторских прав работы, участвующей в Марафоне, несет участник, приславший данную работу на участие в Марафоне.

7.2. Не допускается использование работ, выполненных иными авторами. Присылая свою работу на Марафон, авторы автоматически дают право Организаторам Марафона на использование присланного материала в некоммерческих целях

(размещение в Интернете, в печатных изданиях, на выставочных стендах).

## **8. Контактная информация**

8.1. Организатор Марафона – Муниципальное казённое учреждение «Управление по молодежной политике и спорту Пермского муниципального района»:

8.1.1. Адрес: г. Пермь, ул. 2-Казанцевская, д.7, каб. 212;

8.1.2. Телефон: +7 (912) 595-39-75;

8.1.3. E-mail Марафона: [molpermraion@yandex.ru](mailto:molpermraion@yandex.ru)





Ресурсный  
Молодежный  
Центр



## ТРЕКЕР ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧЕК «GO-TO-SPORT»

04.08.2020

Весь день ел (-а) без телефона и телевизора

☐

05.08.2020

Спал (-а) не менее 8 часов

☐

06.08.2020

Заменяю вредное на полезное: газировки и соки на воду, майонез на йогурт

☐

07.08.2020

Сделал (-а) зарядку

☐

08.08.2020

Ел полезные перекусы, вместо чипсов, шоколадок и булочек

☐

09.08.2020

Совершил (-а) пробежку длительностью не менее 15 минут

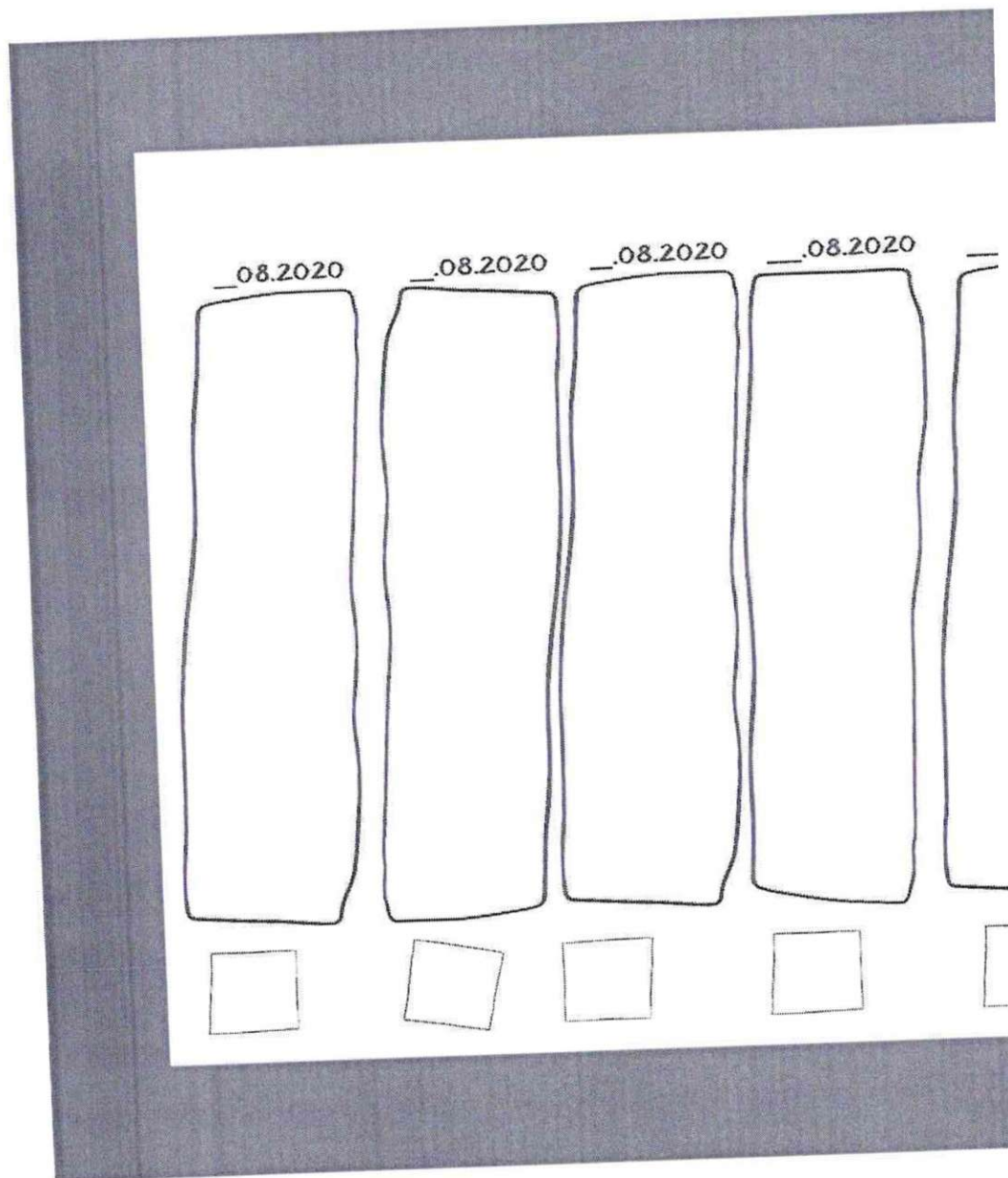
☐

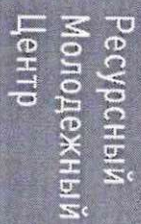
10.08.2020

Читал (-а) не менее 20 минут

☐







## ТРЕКЕР ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧЕК «GO-TO-SPORT»

08.2020 08.2020 08.2020