

Утверждаю:

Председатель ВРО СПР
С.В. Теремов

01.10.2019 г.

Положение
о проведении районной спартакиады пенсионеров
в рамках проекта «Здоровый образ жизни» при поддержке Фонда
президентских грантов в муниципальном образовании
«Чушевицкое» Верховажского муниципального района

1. Цели и задачи:

Спартакиада проводится в целях:

- пропаганды и популяризации здорового образа жизни, ценностей физической культуры и спорта среди пожилых людей, как важного фактора активного долголетия;
- привлечение людей старшего возраста к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- повышение эффективности использованных возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья людей пенсионного возраста.
- общение ветеранов.

II. Время и место проведения:

Спартакиада проводится 31 октября 2019 г. с 11 часов в МО Чушевицкое (Чушевицкий ФОК)

III. Участники соревнований.

В спартакиаде принимают участие команды пенсионеров из сельских поселений района. Состав команды – 6 человек.

Возраст участников соревнований: Мужчины – 60 лет и старше, женщины - 55 лет и старше. Спортивные соревнования проводятся по станциям (спортивным зонам). На каждой станции в соревновании принимают участие - 5 человек (теннис – 1 человек от команды). От станции к станции команды передвигаются по маршрутным листам. Команда должна иметь единую спортивную форму (футболки одного цвета), название команды,

девиз, эмблему и подготовить песню на спортивную тему (исполнение произвольное).

VI. Руководство подготовкой и проведение.

Общее руководство подготовкой и проведением спартакиады (торжественное открытие и закрытие, создание безопасных условий для проведения) возлагается на:

- главу МО Чушевицкое Тесакову Н.Н.
- заведующую Чушевицкой библиотекой и руководителя местного отделения СПР Бутусову Г.Н.
- директора МБУ ФК и С «Чушевицкий ФОК Дьячкову Н.В.

Проведение спортивных соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

V. Программа спартакиады:

1. Заезд команд — с 10 час. 30 мин.
 2. Построение, торжественное открытие спартакиады — 11 час. 00 мин.
 3. Приветствие команд.
 4. Общая разминка для всех команд
 5. Спортивные соревнования (смотри приложение №1).
 6. «Песня на спортивную тему». Выступление всех команд.
- По очереди каждая команда представляет свою песню в произвольном виде. Судейская коллегия подводит итоги соревнований.
7. Награждение команд.
 8. Кофе-брейк.

VI. Условия подведения итогов:

Подведение итогов проводится на каждой станции для каждой команды. Общекомандное первенство среди команд определяется по наименьшей сумме мест, занятых в видах программ на спортивных станциях. За неучастие в виде программы команде присваивается последнее место на спортивной станции.

VII. Награждение:

Команды, занявшие призовые места (1-3), награждаются Кубками и памятными подарками, участники этих команд грамотами и медалями. Остальным командам вручаются дипломы участников.

VIII. Финансирование:

Расходы, связанные с проведением спартакиады: питание участников, приобретение медалей, кубков, грамот и дипломов осуществляется за счет Вологодского регионального отделения общественной организации «Союз пенсионеров России» при финансовой поддержке Фонда президентских грантов. Проезд участников к месту соревнований осуществляется за счет средств командующих организаций.

IX. Безопасность:

Каждый участник спортивных соревнований ставит личную подпись в карточке участника, подтверждающей персональную ответственность за свое здоровье. Обязательным условием проведения Спартакиады является наличие квалифицированного медицинского персонала.

X. Заявки:

Предварительные заявки команд на участие в Спартакиаде принимаются по телефону: 31-2-25. , именные заявки (приложение 2) заверенные врачом, подаются в день приезда главному судье. Телефоны для справок 31-1-63; моб. 89517339235

Приложение 1

Спортивные соревнования по станциям

1. «Теннис»

В соревновании принимает участие один человек от команды, который участвует только в теннисе.

2. «Дартс»

Каждый участник выполняет 3 броска дротиком в мишень. Сумма очков, набранных каждым участником суммируется в общекомандную. (перед началом выполнения бросков - один бросок пробный).

3. «Комбинированная эстафета»

Этапы эстафеты: Пройти по узкой доске, пронести шарик в ложке, пройти по «кочкам», пронести мячик на ракетке вокруг ориентира, пройти змейкой вокруг ориентиров, бросить шарик в емкость передать эстафету другому участнику команды. Эстафета проводится с учетом

времени.

Указание: За попадание шарика в емкость отнимается 5 сек.

Ошибки: 1. Если оступился проходя по узкой доске,
2. Если оступился проходя по кочкам

4. «Броски в баскетбольную корзину»

Каждый участник выполняет по 3 броска в баскетбольное кольцо. Количество попаданий суммируется. Перед началом выполнения бросков - один бросок пробный. Соревнование на точность.

Указание: Бросок выполняется произвольно с определенного расстояния.

5. «Забей гол в ворота»

Соревнование на точность. Участники с определенного расстояния ногой забивают мяч в ворота. Каждый участник выполняет по 5 ударов, один удар - пробный. Фиксируется общее количество забитых голов командой.

6. «Интеллектуальная»

Вопросы на спортивную тематику, по здоровому образу жизни.

7. «Хоккейная тренировка»

Ведение шайбы вокруг ориентира и обратно клюшкой с учетом времени всей команды.

8. «Боулинг»

Большим мячом сшибаем кегли. После каждого участника кегли ставятся на прежнее место. Количество сбитых кеглей суммируется в общекомандное.



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

При реализации проекта используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 19.02.2018 года № 32-рп и на основании конкурса, проведенного Фондом президентских грантов

ИМЕННАЯ ЗАЯВКА
на участие в районной Спартакиаде пенсионеров
«Здоровый образ жизни» в МО «Чушевицкое» 31 октября 2019 года

От команды _____
(название команды и поселения)

Представитель команды
(Ф.И.О.): _____

№ п/п	Ф.И.О. (полностью)	Дата рождения	Отметка врача
1			
2			
3			
4			
5			
6			