**Правила проведения республиканского конкурса по поддержке спорта и здорового образа жизни ”Дотянись до мечты“**

1. Республиканский конкурс по поддержке спорта и здорового образа жизни ”Дотянись до мечты“ проводится в соответствии с решением председателя центрального совета республиканского государственно- общественного объединения ”Президентский спортивный клуб“.
2. Организатором конкурса является республиканское государственно- общественное объединение ”Президентский спортивный клуб“ при содействии Министерства образования Республики Беларусь и Министерства спорта и туризма Республики Беларусь.
3. Конкурс является открытым и проводится в один этап.
4. Цель конкурса — популяризация и пропаганда здорового образа жизни.
5. Задачи конкурса — популяризация и пропаганда здорового образа жизни, вовлечения как можно большего количества детей и подростков, молодежи, трудоспособного населения и лиц пожилого возраста в регулярные физкультурно-спортивные занятия и приобщения их к активному отдыху.
6. Участники конкурса — граждане Республики Беларусь, которые делятся на четыре возрастные группы, раздельно мальчики (юноши, мужчины) и девочки (девушки, женщины):

I возрастная группа - 2013 года рождения и младше; II возрастная группа - 2005 - 2012 годов рождения; III возрастная гpyппa — 1963 - 2004 годов рождения; IV возрастная группа - 1962 года рождения и старше.

1. Участники конкурса выполняют упражнение ”подтягивание на перекладине“. Подтягивание на перекладине выполняется из виса на прямых руках хватом сверху, каждый раз из неподвижного положения (положение виса фиксируется в течение I -2 с.). Участник, cгибая руки должен подтянуться, разгибая руки опуститься в неподвижный вис без рывков и маховых движений ногами. При подтягивании подбородок у него должен быть выше грифа перекладины. Выполнение упражнения засчитывается в тот момент, когда тело участника вернулось в положение виса.
2. Каждый участник конкурса с 08.11.2022г. *до* 28.02.2023г. должен опубликовать одно сюжетное видео с выполнением упражнения ”подтягивание на перекладине“ на максимальное количество повторений в виде поста в своем аккаунте ”Instagram“.

Обязательные условия конкурса:

- быть подписанным на аккаунт Президентского спортивного клуба

@sponclub.by в социальной сети ”Instagram“;

-в опубликованном посте отметить аккаунт @spotclub.by;

-поставить хэштэг #дотянисьдомечты202З;

-подписать видео (например: Иванов Иван, 1990 г.р., г.Пинск,

40 подтягиваний).

2

На время проведения конкурса аккаунт участника должен быть открытым.

1. Организатор конкурса определяет победителя конкурса посредством подсчета максимального количества подтягиваний в каждой из четырех возрастных групп среди мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) раздельно.

В случае равного количества подтягиваний у двух и более участников победитель определяется по более ранней дате публикации соответствующего видео.

1. Победитель конкурса в каждой возрастной группе награждается ценным призом.

Для получения ценного приза победитель конкурса вправе обратиться к организаторам, с предъявлением документа, удостоверяющего личность.

Для получения ценного приза личная явка победителя обязательна.

Участники, уже однажды победившие в данном проекте, теряют право принимать участие в последующих ежегодных его этапах.

В соответствии с действующим законодательством Республики Беларусь, у лица, старшего победителем конкурса, по факту получения им приза возникает налоговое обязательство по уплaте подоходного налога.

**КОНЦЕПЦИЯ РЕСПУБЛИКАИСКОГО СОЦИАЛЬНОГО ПPOEKTA ПО ПОДДЕРЖКЕ CПOPTA И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**«ДОТЯНИСЬ ДО МЕЧТЫ»**

Физическое и психическое здоровье детей и подростков является важным фактором существования крепкого и перспективного общества. Для его достижения необходимо прививать ценности здорового образа жизни лицам всех возрастов и социальных положений. В свою очередь, мотивация детей к занятию физкультурой требует двух составляющих: доступной и эргономичной технической базы и популярной идеи занятия спортом.

Президентский спортивный клуб при содействии Министерства образования Республики Беларусь и Министерства спорта и туризма Республики Беларусь продолжает в 2022-2023 годах проведение республиканского социального пpoeктa по поддержке спорта и здорового образа жизни «Дотянись до мечты».

**Цель проекта**

Проект реализуется с целью вовлечения как можно большего количества детей и подростков, молодежи, трудоспособного населения и лиц пожилого возраста в регулярные физкультурно-спортивные занятия и приобщения их к активному отдыху.

**Задачи проекта** Задачи, решаемые в ходе реализации проекта:

пропаганда физической культуры и спорта как важного средства укрепления здоровья населения, приобщение его к здоровому образу жизни, профилактика правонарушений;

создание условий для массовых и индивидуальных форм физкультурно- оздоровительной и спортивной работы путем популяризации физической культуры и спорта среди населения, организация его систематического досуга; повышение эффективности физкультурно-спортивной работы с

населением по месту жительства, работы и учебы; определение победителей.

**Участники проекта**

Участниками проекта являются граждане Республики Беларусь. Проект реализуется среди мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) раздельно в четырех возрастных гpyппax:

дети: 2013 г.р. и моложе; подростки: от 2005 до 2012 гг.p.;

взрослые: от 1963 до 2004 гг.p.;

1

пожилые: 1962 г.р. и старше.

**Условия участия**

Чтобы стать участником проекта необходимо:

выполнить упражнение «подтягивание на перекладине»;

в период с 08.11.2022 до 28.02.2023 г. опубликовать одно сюжетное видео с выполнением упражнения «подтягивание на перекладине» на максимальное количество повторений в виде поста в своем аккаунте «Instagram»;

быть подписанным на аккаунт Президентского спортивного клуба @sportclub.by в социальной сети «Instagram»;

в опубликованном посте отметить аккаунт @sportclub.by; поставить хэштэг #дотянисьдомечты202З;

подписать видео (например: Иванов Иван, 1992 г.р., г. Пинск, 40

подтягиваний);

- на время проведения проекта аккаунт участника должен быть открыт.

Победитель проекта в каждой возрастной гpyппe награждается ценным призом. Участник, победивший в проекте однажды, теряет право принимать участие в последующих ежегодных этапах проекта.

**Условия определения победителей**

Победитель проекта определяется посредством подсчета максимального количества подтягиваний в каждой из четырех возрастных групп среди мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) раздельно.

**Награждение победителей**

Победитель проекта в каждой возрастной гpyппe награждается ценным призом'. Для получения ценного приза победитель конкурса вправе обратиться к организаторам, с предъявлением документа, удостоверяющего личность.

Личная явка победителя для получения приза обязательна.

Участник, победивший в проекте однажды, теряет право принимать участие в последующих этапах проекта.

**Ожидаемые результаты**

* увеличение количества детей и подростков, занимающихся спортом и физической культурой;
* объединение усилий организаций на социально значимую деятельность во благо белорусского общества.

**Условия финансирования и взаимодействия** Республиканское государственно-общественное объединение

«Президентский спортивный клуб» несет расходы по:

1 В соответствии с действующим законодательством Республики Беларусь, у лица, ставшего победителем конкурса, по факту получения им приза возникает налоговое обязательство по уплате подоходного налога.

2

приобретению ценного приза для вручения победителю проекта в каждой

возрастной группе;

созданию фоторепортажа о проекте и исключительные имущественные права на него;

освещению в средствах массовой информации хода проведения и итогов проекта.

Министерство образования Республики Беларусь в тесном взаимодействии с соответствующими управлениями (отделали) образования, спорта и туризма районных, городских (городов областного подчинения) исполнительных комитетов, местных администраций районов в городах до 15.11.2022 доводит информацию о проекте и условиях участия в нем до всех учреждений образования.

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь в тесном взаимодействии с соответствующими управлениями (главными управлениями) спорта и туризма облисполкомов (Миноблисполкома,

Мингорисполкома), структурными подразделениями районных (городских)

исполнительных комитетов и местных администраций районов в городах, осуществляющими государственно-властные полномочия в сфере спорта и туризма до 15.11.2022 доводит информацию о проекте и условиях участия в нем до всех коллективов физической культуры предприятий и организаций, физкультурно-оздоровительных, спортивных центров (комбинатов, комплексов, центров физкультурно-оздоровительной работы) и физкультурно- спортивных клубов.