

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Физкультурное мероприятие «Время рекордов» (далее - Мероприятие) проводится в соответствии с распоряжением главы администрации федеральной территории «Сириус» от 18 февраля 2025 года № 36-р «Об утверждении календарного плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий федеральной территории «Сириус» на 2025 год» с целью создания физкультурно-оздоровительного досуга для детей федеральной территории «Сириус».

Задачи Мероприятия:

- популяризация физической культуры и спорта как основы здорового образа жизни среди детей федеральной территории «Сириус»;
- организация доступного и разнообразного физкультурно-оздоровительного досуга, способствующего активному отдыху и укреплению здоровья на свежем воздухе;
- выявление и поддержка талантливых спортсменов и любителей физической культуры, предоставление им возможности продемонстрировать свои навыки и достижения;
- создание комфортной среды для общения и обмена опытом между детьми, заинтересованными в здоровом образе жизни и физической активности.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

Мероприятие проводится 25 октября 2025 года с 15:00 до 19:30 на территории стадиона ГАОУ «Многопрофильная Гимназия «Сириус», федеральная территория «Сириус», ул. Воскресенская, 18.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство подготовкой и проведением мероприятия осуществляет администрация федеральной территории «Сириус» (далее – Администрация).

Непосредственное проведение мероприятия осуществляет муниципальное автономное учреждение «Художественно-исторический центр «Сириус» (далее – МАУ «ХИЦ «Сириус»).

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ МЕРОПРИЯТИЯ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Мероприятии допускаются обучающиеся федеральной территории «Сириус» в следующих возрастных категориях:

- Девушки 13-14 лет;
- Юноши 13-14 лет;
- Девушки 15-17 лет;
- Юноши 15-17 лет.

Законные представители несовершеннолетних участников несут ответственность за соблюдение правил безопасности и техники безопасности во время проведения Мероприятия.

Законный представитель несовершеннолетнего участника дает свое согласие на сбор, запись, систематизацию, хранение, уточнение, извлечение и использование организатором следующих персональных данных: фамилия, имя, отчество, дата рождения и иные данные, предоставленные организатору в связи с участием в Мероприятии.

Законный представитель несовершеннолетнего участника также соглашается на размещение организатором своих персональных данных и персональных данных ребенка в СМИ, на официальном портале федеральной территории «Сириус» и других интернет-ресурсах, на передачу организатором своих персональных данных в Службу безопасности объекта, на котором проходит Мероприятие.

Не допускаются к участию лица с острыми или хроническими заболеваниями в стадии обострения, нервно-психическими расстройствами, заболеваниями внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, хирургическими патологиями, травмами и заболеваниями ЛОР-органов и глаз, кожно-венерическими и инфекционными заболеваниями.

V. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

15:00 — 16:00 Сбор участников, выдача маршрутных листов

16:00 — 16:30 Церемония открытия мероприятия

16:30 — 18:30 Прохождение этапов участниками

18:30 — 19:00 Подведение итогов

19:00 — 19:30 Церемония закрытия мероприятия

По итогам прохождения регистрации каждый участник получает маршрутный лист с указанием перечня этапов мероприятия. Участнику необходимо выполнить все этапы маршрутного листа в произвольном порядке в течение 120 минут. Выполнение этапа фиксируется судьями в маршрутном листе.

Перечень этапов:

Бег 60 метров – участник начинает этап по команде судьи («На старт! Внимание! Марш!») с высокого старта, бежит по своей дорожке с максимальной скоростью. Результат фиксируется, когда туловище участника пересекает финишную черту. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч взять руками вниз, занять стартовую линию. Двумя руками из-за головы совершает бросок и забросить мяч как можно дальше. Результат фиксируется в сантиметрах. Техника выполнения броска изображена на рисунке 1.

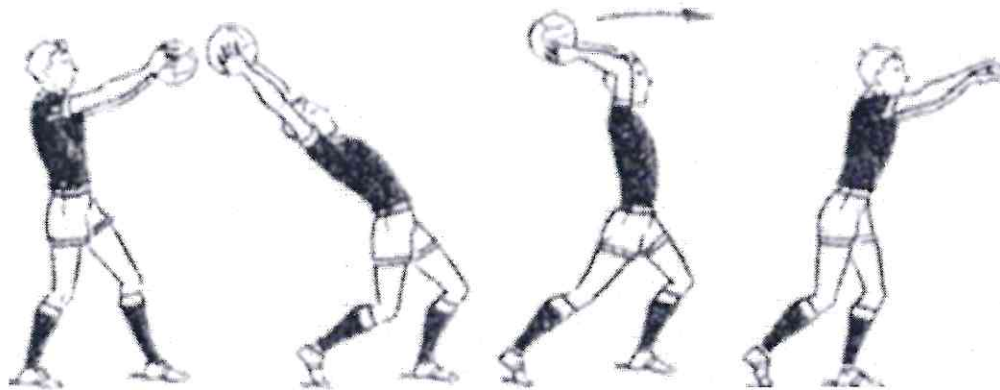


Рисунок 1 - Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу

Вертикальный прыжок с места – участник встает боком к стене, вытягивает руку вверх, затем приседает, отведя руки назад, и резко подпрыгивает вверх, стараясь дотянуться до стены той же рукой. Разница между высотой прыжка и исходной высотой показывает результат участника в вертикальном прыжке. Результат фиксируется в сантиметрах. Техника выполнения прыжка изображена на рисунке 2.

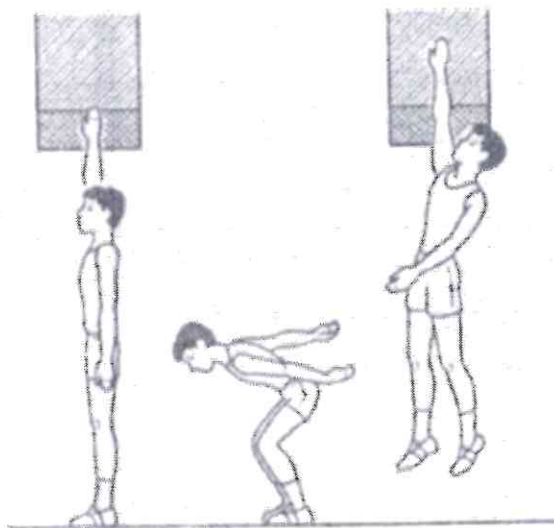


Рисунок 2 – Вертикальный прыжок с места

Наклон вперед из положения стоя выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см. При выполнении испытания участник по команде судьи выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд. **Ошибки:** сгибание ног в коленях; фиксация результата пальцами одной руки; отсутствие фиксации результата в течение 2 с. Результат фиксируется в сантиметрах. Техника выполнения наклона изображена на рисунке 3.

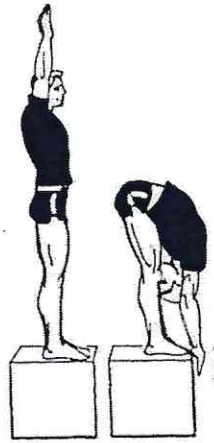


Рисунок 3 – Наклон вперед из положения стоя

Поднимание туловища из положения лежа на спине – исходное положение: лежа на спине на гимнастическом мате, ноги согнуты, руки согнуты, за головой, стопы прижаты к полу. Помощник удерживает голени и стопы участника. Участник выполняет с максимально возможной для него скоростью подъемы туловища, возвращаясь после каждого из них в исходное положение. Фиксируется то количество подъемов, при которых локти коснулись бедер и коленей, лопатки коснулись мата, пальцы рук были сцеплены в замок, подъем осуществлялся без рывков.

Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, стопы вместе. Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды. Этап выполняется на максимальное количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух. Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается: нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги); нарушение техники выполнения испытания; подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины; фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду; подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем); явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти отведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Расстояние между стопами не более чем ширина стопы. Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 с, продолжить выполнение испытания.

Прыжок в длину с места – участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается. Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат. Участник имеет право: при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками; использовать полностью время (1 мин), отведенное на подготовку и выполнение попытки. Результат фиксируется в сантиметрах.

Тир – участник производит выстрелы по мишеням в установленном порядке (сначала по первой мишени, затем по второй и т. д.), делает по одному выстрелу в каждую из пяти мишеней, стараясь попасть в цель. В маршрутный лист участника фиксируется количество очков, набранных им за все выстрелы.

Тетрис – участник по команде судьи должен собрать головоломку за наименьшее количество затраченного времени, результат фиксируется, когда последняя деталь головоломки будет собрана. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

Челночный бег 3 x 10 метров – этап выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота входит в отрезок 10 м. По команде судьи «На старт» участник становится перед стартовой линией в положении высокого старта (наступать на стартовую линию запрещено). По команде «Внимание», слегка сгибая ноги, тестируемый наклоняет туловище вперед и переносит вес тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о землю. По команде «Марш!» участник пробегает 10 м, коснувшись площадки за линией разметки любой рукой, поворачивается кругом, пробегает еще 10 м, коснувшись площадки за линией разметки любой рукой, поворачивается кругом, пробегает финишный отрезок. Судья останавливает секундомер в момент пересечения линии «Финиш». Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

V. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Итоги каждого этапа определяются в соответствии с рейтингом участников в каждой возрастной категории отдельно среди юношей и девушек. Рейтинг участников на каждом этапе выстраивается по принципу лучшего результата. Рекордсменом этапа объявляется участник, занявший первое место в рейтинге участников своей возрастной категории отдельно среди юношей и девушек.

VI. НАГРАЖДЕНИЕ

Всем участникам Мероприятия вручается сувенирная продукция от Администрации.

Рекордсмены этапов Мероприятия в каждой возрастной категории среди юношей и девушек награждаются медалью, дипломом и наградной статуэткой.

Церемония награждения состоится в день проведения Мероприятия.

VII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение организации и проведения Мероприятия осуществляется на основании субсидии бюджетным и автономным учреждениям на проведение физкультурных мероприятий в федеральной территории «Сириус» в рамках Государственной программы федеральной территории «Сириус» «Развитие физической культуры и спорта в федеральной территории «Сириус», утвержденной постановлением главы администрации федеральной территории «Сириус» от 15 ноября 2023 года № 135-п.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей мероприятия осуществляется в соответствии с Положением о порядке организации и проведения массовых общественных мероприятий в области образования, культуры, спорта и молодежной политики в федеральной территории «Сириус», утвержденным постановлением главы администрации федеральной территории «Сириус» от 12 января 2024 года № 1-п.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144-н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

X. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для подачи заявки на участие в Мероприятии законному представителю (родителю) участника необходимо заполнить заявку на участие ребенка (подопечного) в Мероприятии (Приложение №1) и направить заявку, а также документ, подтверждающий регистрацию участника Мероприятия на федеральной территории «Сириус», или справку с места учебы на адрес электронной почты sirius.sport@sirius-ft.ru до 22 октября (12:00), указав в теме письма: «Время рекордов».

Для участия в Мероприятии законному представителю (родителю) участника необходимо заполнить расписку об ответственности (Приложение №2) в день Мероприятия на месте его проведения ИЛИ участнику в день Мероприятия на месте его проведения необходимо предоставить заполненное законным представителем (родителем) согласие на участие ребенка в Мероприятии (Приложение №3). Организаторы оставляют за собой право досрочно прекратить прием заявок при достижении установленного лимита - 300 человек.

XI. ИНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Организатор Мероприятия оставляет за собой право вносить изменения в настоящее Положение. Изменения Положения становятся обязательными с момента их размещения на официальном информационном канале МАУ «ХИЦ «Сириус» <https://t.me/siriusart2022>.

Организатор не несет ответственности:

- за незнание или несоблюдение участниками мероприятия требований и правил, установленных настоящим Положением, за любые убытки и моральный вред, понесенные участниками мероприятия в результате ошибочного понимания или непонимания условий Положения;

- за повреждения или ущерб, нанесенные участнику мероприятия и/или его имуществу во время мероприятия, если только эти повреждения или ущерб не были допущены ответственными лицами по неосторожности или умышленно в результате пренебрежения своими обязанностями по отношению к участнику мероприятия.

ЗАЯВОЧНЫЙ ЛИСТ

на участие в физкультурном мероприятии «Время рекордов»

ФИО законного представителя (родителя) _____

№	ФИО участника Полностью	Дата рождения	Номер телефона
1			

Настоящим подтверждаю, что мой несовершеннолетний ребенок (подопечный) способен принять участие в физкультурном мероприятии «Время рекордов» (далее – мероприятие) и не имеет медицинских противопоказаний к участию в мероприятии, полностью осознаю риски, связанные с участием в мероприятии, которое будет проводиться согласно Положению о мероприятии и принимаю на себя всю ответственность за жизнь, здоровье, возможные травмы и несчастные случаи, которые могут произойти с моим несовершеннолетним ребенком (подопечным) во время проведения мероприятия, отказываюсь от любых материальных претензий к организаторам по поводу состояния здоровья моего несовершеннолетнего ребенка (подопечного).

С Положением о мероприятии и условиями участия ознакомлен, обязуюсь их соблюдать и выполнять.

Законный представитель (родитель): _____ / _____

(подпись) (расшифровка)

Приложение №2 к Положению
о физкультурном мероприятии
«Время рекордов»

РАСПИСКА ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Я, нижеподписавшийся, являюсь законным представителем (родителем) несовершеннолетнего ребенка (подопечного), указанного в расписке, подтверждаю, что мой несовершеннолетний ребенок (подопечный) способен принять участие в физкультурном мероприятии «Вместе весело бежать» (далее – Мероприятие) и не имеет медицинских противопоказаний к участию в Мероприятии, полностью осознаю риски, связанные с участием в Мероприятии, которое будет проводиться согласно Положению о проведении Мероприятия, и принимаю на себя всю ответственность за жизнь, здоровье, возможные травмы и несчастные случаи, которые могут произойти с моим несовершеннолетним ребенком (подопечным) во время проведения Мероприятия, отказываюсь от любых материальных претензий к организаторам по поводу состояния здоровья моего несовершеннолетнего ребенка (подопечного).

С положением о проведении Мероприятия и условиями участия ознакомлен, обязуюсь их соблюдать и выполнять.

Даю согласие на обработку персональных данных, фото и видеосъемку моего ребенка.

№	ФИО ребенка	ФИО родителя (законного представителя)	Подпись родителя (законного представителя)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

СОГЛАСИЕ

Я,

(ФИО родителя/законного представителя)

являюсь законным представителем (родителем) несовершеннолетнего ребенка (подопечного) _____

(ФИО ребенка полностью)

даю свое согласие на участие моего ребенка (подопечного)

(ФИО ребенка полностью)

в физкультурном мероприятии «Время рекордов» (далее – Мероприятие). Настоящим подтверждаю, что мой несовершеннолетний ребенок (подопечный) способен принять участие в Мероприятии и не имеет медицинских противопоказаний к участию в мероприятии, полностью осознаю риски, связанные с участием в Мероприятии, которое будет проводиться согласно Положению о Мероприятии и принимаю на себя всю ответственность за жизнь, здоровье, возможные травмы и несчастные случаи, которые могут произойти с моим несовершеннолетним ребенком (подопечным) во время проведения Мероприятия, отказываюсь от любых материальных претензий к организаторам по поводу состояния здоровья моего несовершеннолетнего ребенка (подопечного).

С Положением о Мероприятии и условиями участия ознакомлен, обязуюсь их соблюдать и выполнять.

Даю согласие на обработку персональных данных, фото и видеосъемку моего ребенка.

(ФИО ребенка полностью)

«__» _____ 20__ г.

_____/_____

(подпись)

(ФИО, полностью)