

# АКЦИЯ

«ГТО всей семьёй!»

«Мы - ГоТОВы!»

**В Акции принимают участие семьи в любом составе /папы, мамы, дедушки, бабушки, дети/. Ограничение по возрасту - дети с 6 лет.**

**К участию в Акции допускаются все желающие!!!**

Акция проводится **10 февраля 2019г.**

Место проведения **ПСШ №3 /спортивный зал/**

**Начало в 15.00**

## Программа Акции:

**-Общая разминка.**

**-Выполнение испытаний ВФСК «ГТО»:**

1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

2. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

- «**Мини-футбол**» /папы, дедушки, мальчики/

- «**Дартс**» /мамы, бабушки, девочки/

**- Подведение итогов**

## Подведение итогов по выполнению ВФСК «ГТО»

Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой ступени Комплекса ГТО среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы согласно 100-очковой таблице оценки результатов.

В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в гибкости.

Командное первенство среди семей определяется по наибольшему среднему баллу. / В зачёт берутся результаты всей семьи, суммируются и делятся на число участников семьи./

## Награждение

Награждение проводится по итогам выполнения испытаний ВФСК «ГТО».

Участники, занявшие 1 места в личном первенстве среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин, женщин в программе Акции, награждаются грамотами и призами.

Команды-семьи, занявшие 1-3 места в командном первенстве, награждаются грамотами, медалями и призами.

**ЗАЯВКИ НАПРАВЛЯТЬ ДО 09 февраля 2019г на эл.почту [org577@pskovedu.ru](mailto:org577@pskovedu.ru), [duchpech@rambler.ru](mailto:duchpech@rambler.ru), тел. +7-921-215-87-77**