В рамках национального проекта "Демография" в Самарской области проводятся фестивали в формате онлайн для разных категорий населения.

В фестивале "Самый спортивный онлайн-папа" принимают участие папы (в возрасте от 25 до 59 лет) и дети до 15 лет включительно независимо от пола.

Фестиваль состоит из спортивной и конкурсной программ. В спортивной части фестиваля папа выполняет упражнения на сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 минуту) и на поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту), а ребенок считает количество повторов.

В конкурсной программе папа с детьми готовит визитную карточку семейной команды.

Выполнение испытаний и визитная карточка записываются на видео и направляются по электронной почте gaugto-ct@mail.ru в срок до 15 ноября.

По итогам фестиваля подсчитывается первенство в спортивной программе, первенство в конкурсной программе и командное первенство по результатам спортивной и конкурсной программ вместе.

В фестивале "Самая спортивная онлайн-мама" принимают участие мамы (в возрасте от 25 до 59 лет) и дети до 15 лет включительно.

В рамках фестиваля разыгрывается спортивная программа, где мама выполняет упражнения, а ребенок считает количество раз. Нужно выполнить следующие упражнения: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (за 1 минуту) и поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту).

Также разыгрывается конкурсная программа в формате конкурса кулинарных изделий, посвященных 90-летию комплекса ГТО и пропаганде здорового образа жизни.

Выполнение упражнений и презентация кулинарных изделий записываются на видео и направляются по электронной почте gaugto-ct@mail.ru в срок до 3 декабря.

По сумме мест в спортивной и конкурсной программах среди участников определяется командное первенство.

Жители Самарской области в возрасте старше 60 лет приглашаются к участию в онлайн-фестивале "Шагаем к долголетию".

В рамках фестиваля разыгрывается спортивная и конкурсная программа.

В спортивной программе участники выполняют упражнения: сгибание и разгибание рук в упоре лежа о сиденье стула (за 1 минуту), поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту).

Конкурс творческих работ посвящен пропаганде спорта и здорового образа жизни. Фантазия участников не ограничивается: это может быть поделка, кулинарное изделие, песня, танец, стихи или иная форма творческой активности.

Видеоролики с выполнением упражнений и презентацией творческих работ нужно направить на электронную почту gaugto-ct@mail.ru в срок до 22 ноября.

Первенство в спортивной программе подводится отдельной среди мужчин и женщин в двух возрастных категориях. Победители получают награды и ценные призы. В конкурсной программе призами награждаются работы, занявшие 1 - 3 места, а также вручаются поощрительные призы. Кроме того, отдельно награждаются самые старшие участники фестиваля в номинации "Спортивное долголетие".

Победители и призеры спортивной программы и командного первенства награждаются ценными призами министерства спорта Самарской области. Все участники фестиваля награждаются сувенирной продукцией.

Приглашаем шенталинцев принять активное участие в фестивале!