

## **Правила проведения республиканского конкурса по поддержке спорта и здорового образа жизни "Супер либера"**

1. Республиканский конкурс по поддержке спорта и здорового образа жизни "Супер либера" 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 общественного объединения "Белорусская федерация волейбола", Министерства спорта и туризма Республики Беларусь и Министерства образования Республики Беларусь.

3. Конкурс является открытым и проводится в один этап.

4. Конкурс 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.

5. 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;

дальнейшее массовое развитие и популяризация волейбола как вида спорта, вовлечения в занятия им населения;

определение победителей.

6. Участниками конкурса являются граждане Республики Беларусь, а также иностранные граждане и лица без гражданства, постоянно проживающие на территории Республики Беларусь, имеющие разрешение на постоянное проживание и вид на жительство/биометрический вид на жительство.

Конкурс проводится среди мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) раздельно в пяти возрастных группах:

I возрастная группа – дети: 2016 г.р. и моложе;

II возрастная группа – подростки: от 2008 до 2015 гг.р.;

III возрастная группа – молодежь: от 1991 до 2007 гг.р.;

IV возрастная группа – взрослые: от 1966 до 1990 гг.р.;

V возрастная группа – пожилые: 1965 г.р. и старше.

7. Участники конкурса выполняют упражнение "непрерывные передачи мяча поочередно двумя руками сверху (верхняя передача) и двумя руками снизу (нижняя передача) продолжительностью от 30 секунд до одной минуты". Минимально допустимое время непрерывного выполнения упражнения 30 секунд, максимальное – одна минута. Засчитываются только передачи мяча, выполненные поочередно двумя руками сверху и двумя руками снизу. Не будут считаться прерыванием передачи мяча, выполненные двумя руками сверху (верхняя передача) и двумя руками снизу (нижняя передача) два и более раз подряд, касания мяча одной рукой, а также касания мяча любой другой частью тела, кроме ног, однако такие передачи (касания) в общее число передач не засчитываются. Касание мячом газона (покрытия, земли), любого предмета или конструкции, в том числе и ноги, считается прерыванием.

8. Обязательные условия конкурса:

выполнить упражнение "непрерывные передачи мяча поочередно двумя руками сверху (верхняя передача) и двумя руками снизу (нижняя передача) продолжительностью от 30 секунд до одной минуты";

в период с 20.11.2025 по 30.04.2026 опубликовывать только одно видео<sup>1</sup> с выполнением вышенназванного упражнения 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 хэштег #суперлиберо2026;

подписать видео (например: Иванов Иван, 1986 г.р., г. Пинск, 115 передач);

на время проведения конкурса аккаунт участника должен быть открыт.

9. Организатор конкурса определяет победителя посредством подсчета максимального количества выполненных передач мяча в каждой из пяти возрастных групп среди мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) раздельно.

В случае равного количества выполненных передач мяча у двух и более участников, победитель конкурса определяется по более ранней дате публикации соответствующего видео.

10. Победитель конкурса в каждой возрастной группе награждается ценным призом<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Организаторы конкурса рекомендуют размещать видео без использования аудио и визуальных эффектов, чтобы избежать возможную блокировку (теневой бан) публикации (контента), а также обращают внимание на необходимость соблюдения правил социальной сети «Instagram» и периодическое изменение алгоритмов блокировки, применяемых в ней.

Для получения ценного приза победитель конкурса вправе обратиться к организаторам, с предъявлением документа, удостоверяющего личность (паспорт, ID-карта, вид на жительство иностранного гражданина в Республике Беларусь).

Награждение победителей конкурса состоится на церемонии закрытия республиканских соревнований детско-юношеской волейбольной лиги «Мяч над сеткой», которая пройдет в мае 2026 г. на базе УО «Республиканское государственное училище олимпийского резерва» по адресу: г. Минск, ул. Филимонова, 55/1.

Для получения ценного приза личная явка победителя обязательна.

Победитель конкурса, не явившийся на церемонию закрытия, вправе не позднее 15.08.2026 обратиться к организатору для получения приза по адресу: г. Минск, ул. Старовиленская, 4, предварительно согласовав дату и время прибытия с представителем Президентского спортивного клуба.

В случае не получения приза в указанные сроки, победитель конкурса теряет право на его получение.

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

---

<sup>2</sup> В соответствии с действующим законодательством Республики Беларусь, у лица, ставшего победителем конкурса, по факту получения им приза возникает налоговое обязательство по уплате подоходного налога.