УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель

главы города Шарыпово

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Д.Е. Гудков

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении Летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди населения города Шарыпово VI-Х ступеней**

г. Шарыпово, 2018

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Летний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди населения города Шарыпово VI-Х ступеней (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее - комплекс ГТО), утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года № 165-р.

Цель проведения Фестиваля: вовлечение жителей в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

* популяризация комплекса ГТО среди жителей города Шарыпово;
* повышение уровня физической подготовки населения;
* профилактика и пропаганда здорового образа жизни;
* создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
* формирование сборной команды от образовательных учреждений для участия в краевых и всероссийских этапах комплекса ГТО;
* формирование сборной команды по ГТО от муниципального образования города Шарыпово для участия в краевых соревнованиях.

1. **СРОКИ, МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ И ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ**

Фестиваль проходит в два дня с 12.05.2018 г. по 13.05.2018 г. на стадионе «Энергия» по адресу г. Шарыпово, пр. Энергетиков, 2 (в случае неблагоприятных погодных условий в физкультурно-спортивном комплексе «Сибирь», г. Шарыпово, пр. Энергетиков, 7).

**Программа 1-го дня Фестиваля:**

10.00 ч. – 10. 45 ч.регистрация участников

11.00 ч. торжественное открытие

11.30 ч. прием испытаний (тестов)

***Виды испытаний:***

- бег 30 метров, 60 метров, 100 метров, 2 км, 3 км, скандинавская ходьба на 3 км или смешанное передвижение на 2 км;

- стрельба из электронного оружия;

- метание спортивного снаряда весом 500-700 гр.

**Программа 2-го дня Фестиваля:**

10.00 ч. – 10.45 ч.регистрация участников (для участников, кто не

зарегистрировался в первый день Фестиваля)

11.00 ч. прием испытаний (тестов)

***Виды испытаний****:*

- поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин);

- подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине (количество раз) или рывок гири 16 кг (количество раз) или подтягивание из виса на низкой перекладине;

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;

- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).

1. **РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ**

Общее руководство проведением Фестиваля осуществляет Отдел спорта и молодежной политики Администрации города Шарыпово.

Непосредственное руководство проведением Фестиваля возлагается на муниципальное автономное учреждение «Центр физкультурно-спортивной подготовки» (далее - МАУ «ЦФСП»).

Главный судья Фестиваля - Ильина Марина Михайловна **(тел. 89504356978, 8(391)5622832, e-mail: ilinamm-2011@mail.ru)**, Заместитель главного судьи - Кадамцева Юлия Геннадьевна, Главный секретарь – Краснощекова Елена Викторовна.

1. **УЧАСТНИКИ**

К участию в Фестивале допускаются участники основной медицинской группы, прошедшие регистрацию на сайте «gto.ru», получившие id – номер, имеющие положительное заключения врача о состоянии здоровья.

Страхование участников Фестиваля производится за счёт самих участников. Оригинал договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев предоставляется Главному секретарю за час до начала выполнения испытаний.

В Фестивале принимают участие жители города Шарыпово от 25 до 79 лет, VI – Х возрастных ступеней.

**5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ**

| **№ п/п** | **Вид испытаний (тест)** | **VI ступень**  **18-29 лет** | **VII ступень**  **30-39 лет** | **VIII ступень**  **40-49 лет** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Беговые виды | **Женщины**  30 м (с) или 60 м (с) или 100 м (с),  бег 2 000 м (мин, с)  **Мужчины**  30м (с) или 60м (с) или 100м (с),  бег на 3 000 м | **Женщины**  30м (с) или 60м (с),  бег 2 000 м (мин, с)  **Мужчины**  30м (с) или 60м (с),  бег на 3 000 м | **Женщины**  30м (с) или 60м (с),  бег 2 000 м (мин, с)  **Мужчины**  30м (с) или 60 м (с),  бег на 3 000 м |
| 2. | Силовые виды | **Мужчины**  подтягивание из виса на высокой перекладине  (количество раз)  или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или рывок гири 16 кг (кол-во раз)  **Женщины**  подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | **Мужчины**  подтягивание из виса на высокой перекладине  или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или рывок гири 16 кг (кол-во раз)  **Женщины**  подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | **Мужчины**  подтягивание из виса на высокой перекладине  или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или рывок гири 16 кг (кол-во раз)  **Женщины**  подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу |
| 3. | Гибкость | **Мужчины**  **Женщины**  наклон вперед из положения стоя на гимнастической  скамье  (от уровня скамьи-см) | **Мужчины**  **Женщины**  наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье  (от уровня скамьи-см) | **Мужчины**  **Женщины**  наклон вперед из положения стоя на гимнастической  скамье  (от уровня скамьи-см) |
| 4. | Прыжки | **Мужчины**  **Женщины**  прыжок в длину с места (см) | **Мужчины**  **Женщины**  прыжок в длину с места (см) | **-** |
| 5. | Пресс | **Мужчины**  **Женщины**  поднимание туловища из положения лежа на спине  (количество раз за 1 мин) | **Мужчины**  **Женщины**  поднимание туловища из положения лежа на спине  (количество раз за 1  мин) | **Мужчины**  **Женщины**  поднимание туловища из положения лежа на спине  (количество раз за 1 мин) |
| 6. | Метание | **Мужчины**  метание спортивного снаряда (700 г.)  **Женщины**  метание спортивного снаряда (500 г.) | **Мужчины**  метание спортивного снаряда (700 г.)  **Женщины**  метание спортивного снаряда (500 г.) | **-** |
| 7. | Стрельба | **Мужчины**  **Женщины**  стрельба из электронного оружия | **Мужчины**  **Женщины**  стрельба из электронного оружия | **Мужчины**  **Женщины**  стрельба из электронного оружия |

| **№ п/п** | **Вид испытаний (тест)** | **IX ступень**  **50-59 лет** | **X ступень**  **60-69 лет** | **XI ступень**  **70-79 лет** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Беговые виды | **Женщины**  бег 2 000 м. (мин, с)  **Мужчины**  бег на 2 000 м | **Женщины**  смешанное передвижение 2 000 м (мин, с) или скандинавская ходьба  3 км (мин, с)  **Мужчины**  смешанное передвижение 2 000 м (мин, с) или скандинавская ходьба  3 км (мин, с) | **Женщины**  смешанное передвижение 2 000 м. (мин, с) или скандинавская ходьба  3 км (мин, с)  **Мужчины**  смешанное передвижение 2 000 м (мин, с) или скандинавская ходьба  3 км (мин, с) |
| 2. | Силовые виды | **Мужчины**  подтягивание из виса на высокой перекладине  или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу или рывок гири 16 кг (кол-во раз)  **Женщины**  подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (ко-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | **Мужчины**  сгибание и разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью  (количество раз)  **Женщины**  сгибание и разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью  (количество раз) | **Мужчины**  сгибание и разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью  (количество раз)  **Женщины**  сгибание и разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью  (количество раз) |
| 3. | Гибкость | **Мужчины**  **Женщины**  наклон вперед из положения стоя на гимнастической  скамье  (от уровня скамьи, см) | **Мужчины**  **Женщины**  наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье  (от уровня скамьи, см) | **Мужчины**  **Женщины**  наклон вперед из положения стоя на гимнастической  скамье  (от уровня скамьи, см) |
| 4. | Пресс | **Мужчины**  **Женщины**  поднимание туловища из положения лежа на спине  (количество раз за 1 мин) | **Мужчины**  **Женщины**  поднимание туловища из положения лежа на спине  (количество раз за 1  мин) | **Мужчины**  **Женщины**  поднимание туловища из положения лежа на спине  (количество раз за 1 мин) |

1. **УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ**

Фестиваль проводится в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО одобренными на заседаниях координационной комиссии Минспорта России по внедрению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (протокол № 1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1) и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО от 28 мая 2014 г и 27 августа 2014 года.

1. **определение победителей**

Участники, набравшие наибольшее количество очков становятся победителями. Результаты участников определяются на основании Приказа Министерства спорта РФ от 12 мая 2016 г. № 516 в соответствии с 100-очковыми таблицами оценки результатов.

1. **награждение победителей**

Участники, занявшие 1-3 место в общем зачете по каждой возрастной ступени, награждаются почетными грамотами.

1. **финансирование**

Финансовые расходы, связанные с награждением победителей и призеров Фестиваля осуществляются за счет МАУ «ЦФСП».

1. **заявки**

Для допуска и участия в Фестивале участникам необходимо перед началом выполнения испытаний заполнить протокол участника согласно Приложению к настоящему положению, в котором необходимо указать id – номер и представить справку о допуске врача (см. раздел 4 Положения) в мандатную комиссию за час до начала испытаний.

1. **ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Спортивная программа Фестиваля проводится на объектах спорта при наличии актов готовности физкультурного или спортивного сооружения к проведению мероприятия, утвержденных в установленном порядке.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 09.08.2010 № 613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

Транспортное обеспечение участников Фестиваля осуществляется в соответствии с «Правилами организованной перевозки группы детей автобусами», утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 17.12.2013 № 1177.

***Примечание****: результаты Фестиваля вносятся в электронную систему АИС ГТО для последующего присвоения знаков отличия комплекса ГТО участникам, успешно выполнившим все испытания (тесты).*

Приложение

к положению

**ПРОТОКОЛ УЧАСТНИКА ЛЕТНЕГО ФЕСТИВАЛЯ ВФСК ГТО**

Фото участника (при наличии)

Учреждение (организация)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отчество\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст (год и дата рождения)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ступень\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Номер ID\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды испытаний** | **Результат** | **Подпись судьи** |
| 1. | Бег 30 м, 60 м, 100 м |  |  |
| 2. | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье |  |  |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол. раз) (юноши) |  |  |
| Или рывок гири 16 кг  (кол. раз) |  |  |
| Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине  (кол. раз) (девушки) |  |  |
| Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу |  |  |
| 4. | Метание спортивного снаряда (граната) 500 (700) гр |  |  |
| 5. | Прыжок в длину с места |  |  |
| 6. | Поднимание и сгибание туловища в упоре лежа (кол. раз) |  |  |
| 7. | Бег 2000 м. или 3000 м. |  |  |
| 8. | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол  (дистанция 10 м) |  |  |
| 9. | Скандинавская ходьба 3000 м или смешанное передвижение 2000 м |  |  |

Руководитель «Центра тестирования»,

Главный судья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.М. Ильина

(подпись)

Представитель команды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ф.И.О.

(подпись)