



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа «Спринт»»

С. В. Рот

« 9 » января 2020 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди взрослого населения в рамках XXIII зимних сельских спортивных игр Викуловского муниципального района.

### I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди взрослого населения в рамках XXIII зимних сельских спортивных игр Викуловского района (далее - Фестиваль) проводится в соответствии с календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Спринт»» на 2020 год.

Целью проведения Фестиваля является вовлечение населения в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди всех категорий населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;

### II. УЧАСТНИКИ, МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди взрослого населения в рамках XXIII зимних сельских спортивных игр Викуловского района проводится среди команд сельских поселений Викуловского района. Возраст участников соответствует возрастным группам VI – IX ступени нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО.

Дата проведения: 01 февраля 2019 года.

Начало: 10.00 часов.

Место проведения: МАУ ДО «ДЮСШ «Спринт»» (спортивный зал, лыжная база).

### III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля осуществляют МАУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа «Спринт»». Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на Центр тестирования.

### IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.02.2019 № 90 (далее - государственные требования).

К участию в Фестивале допускаются лица в возрасте от 25 до 59 лет, относящиеся к VI – IX возрастной ступени комплекса ГТО соответственно, при наличии допуска врача, заявки.

Состав команды: 8 участников независимо от пола.

## V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Программа Фестиваля состоит из спортивной программы.

Основу программы Фестиваля составляют виды испытаний (тесты) в соответствии с государственными требованиями, выполняемые участниками, относящимися к VI – IX возрастным ступеням (от 25 до 59 лет) комплекса ГТО.

### Мужчины

№	Виды программы	Ступень						
		VI ступень	VII ступень		VIII ступень		IX ступень	
		25-29 лет	30-34 лет	35-39 лет	40-44 лет	45-49 лет	50-54 лет	55-59 лет
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	+	+	+	+	+	+	+
	Рывок гири 16 кг (количество раз)	+	+	+	+	+	+	+
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	+	+	+	+	+	+	+
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+	+	+
3	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+	+	+
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	-	-	-	-
5	Бег на лыжах	5 км	5 км	5 км	5 км	5 км	5 км	5 км

### Женщины

№	Виды программы	Ступень						
		VI ступень	VII ступень		VIII ступень		IX ступень	
		25-29 лет	30-34 лет	35-39 лет	40-44 лет	45-49 лет	50-54 лет	55-59 лет
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	+	+	+	+	+	+	+
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	+	+	+	+	+	+	+

	(см)							
3	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+	+	+
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	-	-	-	-
5	Бег на лыжах	3 км	3 км	3 км	2 км	2 км	2 км	2 км

### **Условия проведения соревнований**

Участие в спортивной программе обязательно для всех членов команд.

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России от 01.02.2018.

Участники выполняют рывок гири 16 кг, подтягивание на высокой перекладине и сгибание/разгибание рук в упоре лежа на полу с использованием контактной платформы с лимитом времени 3мин.

### **VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой ступени комплекса ГТО по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Фестиваля согласно 100-очковой таблице оценки результатов.

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

Командный зачет определяется по сумме очков, набранных всеми участниками команды.

### **VII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения в рамках XXIII зимних сельских спортивных игр Викуловского муниципального района, занявшие 1-3 места в личном первенстве награждаются грамотами, медалями и денежными призами.

Команда, занявшая 1 место в командном зачете, награждается кубком и грамотой.

Команды, занявшие 2,3 места в командном зачете, награждаются грамотами.

### **VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Финансовое обеспечение Фестиваля (подготовка мест проведения соревнований, медицинское обслуживание, питание судей, оплата ГСМ по доставке, питание участников, награждение) осуществляется за счёт средств МАУ ДО «ДЮСШ «Спринт»».

### **IX. 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 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется медицинским работником МАУ ДО «ДЮСШ «Спринт»».

Главный судья несет ответственность за соблюдение участниками соревнований требований техники безопасности, которые должны соответствовать правилам проведения соревнований по данному виду спорта и принимает меры по профилактике травматизма (медицинское обеспечение).

Представители делегаций несут персональную ответственность за безопасность и поведение членов делегации во время проведения Фестиваля, а также за достоверность предоставленных документов на участников.

#### **Х. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Сроки предоставления предварительной заявки до 24 января 2020 года по телефону 2 52 50.

Руководители команд по прибытию на Фестиваль предоставляют в Центр тестирования по допуску участников следующие документы:

- заявка по форме, согласно приложению № 1, заверенную руководителем учреждения, с медицинским допуском;
- паспорт на каждого участника;
- страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника.

Приложение № 1  
к Положению о зимнем Фестивале  
Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

ЗАЯВКА  
на участие в программе I этапа (муниципального) зимнего Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения в 2020 году

№ п/п	Фамилия. имя. отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ID номер в АИС ГТО (при наличии)	Виза врача
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

Допущено к I этапу Фестиваля комплекса ГТО \_\_\_\_\_ участников.  
(прописью)

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(ФИО) (подпись)

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации \_\_\_\_\_  
(подпись. Ф.И.О. полностью)

Руководитель организации  
МП \_\_\_\_\_  
(подпись. Ф.И.О.)