

УТВЕРЖДАЮ

Начальник отдела физической культуры, спорта и молодежной политики администрации

г. Дивногорска

Н. В. Калинин

« » 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «СШ ЦФСР»

К. В. Сергеев

« » 2024г.



**Положение
о проведении городского фестиваля «К труду и обороне будь готов»
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди граждан
трудоспособного населения г. Дивногорска**

г. Дивногорск 2024г.

I. Общие положения

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее - комплекс ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Городской фестиваль «К труду и обороне будь готов» Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди граждан трудоспособного населения г. Дивногорска (далее – Фестиваль) проводится на основании календарного плана проведения официальных физкультурных (физкультурно-оздоровительных) и официальных спортивных мероприятий, в том числе включающий в себя физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" ГО г. Дивногорск на 2024 год, утвержденного распоряжением администрации г. Дивногорска от 18 декабря 2023 года № 2250р и календарного плана проведения официальных физкультурных (физкультурно-оздоровительных) и официальных спортивных мероприятий, в том числе включающий в себя физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Центр физкультурно-спортивной работы» на 2024 год, утвержденного приказом № 448 от 21.12.2023г.

Целью проведения Фестиваля является вовлечение граждан трудоспособного населения г. Дивногорска в систематические занятия физической культурой спортом.

Основными задачами Фестиваля являются:

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

Фестиваль проходит в соответствии с методическими рекомендациями федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 3.1/2.1.0184-20 от 25.05.2020, №3.1/2.1.0192-20 от 04.06.2020г.

II. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится 19 октября 2024 года в спортивном зале краевого государственного автономного профессионального образовательного учреждения «Дивногорский колледж интернат олимпийского резерва», расположенном по адресу: г. Дивногорск, ул. Чкалова, д.3Б.

III. Руководство проведением

Общее руководство по проведению Фестиваля осуществляет отдел физической культуры, спорта и молодежной политики администрации г. Дивногорска (далее - Отдел).

Непосредственная ответственность за проведение Фестиваля возлагается на структурное подразделение «Центр тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – Центр тестирования) муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Центр физкультурно-спортивной работы» (далее - МБУ ДО «СШ ЦФСР») и главную судейскую коллегию (далее ГСК).

ГСК осуществляет подготовку и проведение Фестиваля в соответствии с утвержденным положением.

Главный судья – Калинина Светлана Евгеньевна.

Главный секретарь – Зеленева Мария Юрьевна.

IV. Требования к участникам и условия их допуска

К участию в Фестивале допускаются лица в возрасте от 20 до 59 лет (VIII-XV возрастные ступени), прошедшие регистрацию на сайте www.gto.ru, получившие уникальный идентификационный номер (УИН) и имеющие заключение от врача или личная подпись, подтверждающая персональную ответственность за свое здоровье.

Состав сборной команды: 5 человек (2 мужчины + 2 женщины) + представитель.

Все участники команды должны быть работниками одной организации.

V. Заявки на участие

Для участия в Фестивале необходимо предоставить коллективную заявку (Приложение № 1) в срок до 18 октября 2024 года в Центр тестирования по адрес: г. Дивногорск, пер. Школьный, д.7 или по адресу электронной почты: gtodivnogorsk@mail.ru (в теме письма указать: заявка на участие в Фестивале). Участники предоставляют в комиссию по допуску следующие документы:

1. коллективная заявка согласно прилагаемой форме (Приложение № 1);

2. Медицинское заключение (Приложение №2)

подавая заявку на участие в Фестивале, участники тем самым соглашаются со всеми пунктами данного положения и обязуются их соблюдать.

К участию в Фестивале не допускаются:

- участники, не указанные в заявке;

- участники и команды, не соответствующие требованиям Положения в части условия допусков участников.

Контактные данные:

Отдел: тел.: 8 (391) 443-32-79, e-mail: divsport@mail.ru, ведущий специалист отдела физической культуры, спорта и молодежной политики – Сунцова Ольга Леонидовна.

МБУ ДО «СШ ЦФСР»: тел.: 8-939-264-00-62, e-mail: cfsr.school-div@mail.ru, руководитель Центра тестирования – Калинина Светлана Евгеньевна.

VI. Программа проведения

Фестиваль включает в себя соответствующие нормативы испытания (тесты) комплекса ГТО согласно возрастной ступени. Спортивная программа состоит из двух видов соревнований «Многоборье ГТО» и «Эстафета ГТО».

Соревнования по всем видам спортивной программы проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, утвержденными Министерством спорта России.

Программа проведения

19 октября 20274 года

11:00 – 11:30 часов – регистрация участников;

11:30 – 11:50 часов – торжественная церемония открытия Фестиваля;

12:00 часов – начало спортивной программы;

14.00 часов – подведение итогов, награждение победителей и призеров Фестиваля.

Спортивная программа

№ п/п	Вид испытания	Пол участников
1.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической тумбе	М/Ж
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз за 3 мин)	М
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз за 3 мин)	Ж
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	М/Ж

Соревнования в испытаниях по силовой гимнастике (сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 3 минуты, подтягивание из виса на высокой перекладине за 3 минуты) проводятся в соответствии с правилами вида

спорта «полиатлон» утвержденными приказом Минспорта России от 18.10.2019 №866, испытания «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту», «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье» проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) утвержденными Минспортом России от 29 мая 2023 г.

В «Эстафете ГТО» принимают участие 3 человека, из которых 2 мужчины и 1 женщины в возрасте от 20 до 59 лет.

Порядок прохождения «Эстафеты ГТО» участниками:

По всей дистанции участников, сопровождают судьи, оценивающие правильность выполнения упражнений и производящие подсчет количества повторений. Судьи фиксируют нарушения, за которые начисляется штрафное время команде.

Участники проходят 3 этапа дистанции, состоящей из нормативов комплекса ГТО на скорость.

1 этап: «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами», выполняется на указанное в таблице №2 расстояние с фиксацией результата по ближайшему касанию сектора любой частью тела участника.

После подтверждения зачетного расстояния прыжка, участник оббегает конус, возвращается на линию и выполняет прыжок повторно. Общее количество повторений 3 раза.

После прохождения 1 этапа и команды судьи «Дальше» участник пробегает короткую дистанцию до следующего снаряда и приступает к преодолению 2 этапа.

2 этап: «Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу», выполняется необходимое количество раз, указанное в таблице №2.

Участник выполняет испытание из исходного положения: упоре лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разогнуты, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы упираются без опоры.

Сгибая руки, участник касается грудью контактной платформы, затем выпрямляет руки и возвращается в исходное положение и продолжает выполнение испытания.

После прохождения 2 этапа и команды судьи «Дальше!», участник пробегает короткую дистанцию до следующего снаряда и приступает к преодолению 3 этапа.

3 этап: «Поднимание туловища из положения лежа на спине», выполняется на необходимое количество раз указанное в таблице №2, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Испытание выполняется из исходного положения: лежа на спине, руки за головой «В замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу.

После прохождения 3 этапа и команды судьи «Дальше!» участник совершает бег на дистанцию 30 метров в обратном направлении, к линии старта, и, касаясь рукой по плечу следующего участника передает эстафету.

Как только последний участник пересекает линию старта, фиксируется общее время прохождения дистанции всей команды, с учетом начисленных штрафных очков, которые конвертируются в добавленное (штрафное) время.

Таблица №2

По/возраст	«Прыжок в длину» (см, попытки)	«сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (раз)	«Поднимание туловища из положения лежа на спине»
Мужчины 20-59 лет	170 см	Кол-во раз: 10	Кол-во раз: 15
	Кол-во попыток:3		
Женщины 20-59 лет	140 см	Кол-во раз:5	Кол-во раз:10
	Кол-во попыток:3		

Участники «Эстафеты ГТО» не должны нарушать маршрут движения и правила передачи эстафеты. Все участники должны избежать действий или поведения, способных помешать на дистанции участникам.

Штрафы:

Передача эстафеты без касания рукой плеча другого участника-/+3 секунды;

Фальстарт участника команды -/+5 секунд

Участник не сделал нужное количество повторений, перейдя к следующему этапу -/+10 секунд за каждое не сделанное повторение;

VII. Условия подведения итогов

Командный зачет определяется по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Фестиваля всеми участниками команды согласно 100-очковой таблице оценки результатов, утвержденные приказом Минспорта России от 18.04.2023 №259.

При равенстве суммы очков у двух и более сборных команд, преимущество получает команда, показавшая лучший общекомандный результат в нормативе на силу (сгибании разгибании рук в упоре лежа на полу – женщины, подтягивание из виса на высокой перекладине – мужчины). При равенстве очков в силовых видах испытаний, преимущество у команды, показавшей лучший результат в нормативе «поднимание туловища из положения лежа на спине».

Команда, не принявшая участие хотя бы в одном из видов программы, автоматически снимается с участия в Фестивале.

VIII. Награждение

Команда, занявшая I место, награждается кубком и грамотой, II и III места - грамотами.

Участники, занявшие I, II и III места в командном зачете спортивной программы Фестиваля награждаются грамотами и медалями с символикой комплекса ГТО.

IX. Условия финансирования

Расходы по проведению Фестиваля, связанные с приобретением канцелярских товаров, расходных материалов к орг. технике, награждением победителей и призёров несёт МБУ ДО «СШ ЦФСР» за счет средств субсидий на выполнение муниципального задания на 2024 год.

X. 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, а также 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 Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Каждый участник добровольно участвует в Фестивале и самостоятельно отвечает за свое здоровье и уровень спортивной подготовленности.

Фестиваль не проводится без медицинского обеспечения.

XI. Протесты

Протест по нарушению правил по выполнению испытаний комплекса ГТО или настоящего положения может быть подан представителем команды в письменном виде на имя главного судьи Фестиваля с указанием пунктов правил по выполнению испытаний комплекса ГТО или настоящего положения, которые протестующий считает нарушенными. Протест, связанный с результатом подается не позднее, чем через 30 минут после оглашения результатов. Протест по допуску участника к соревнованиям рассматривается до начала соревновательной программы. Решение по протесту излагается в виде резолюции на протесте.

Если решение главного судьи по данному протесту не удовлетворяет протестующего, он вправе подать апелляцию в адрес организаторов Фестиваля. Апелляция рассматривается в течение часа. Если требуется более длительное рассмотрение по фактам, изложенным в протесте и апелляции, то решение должно быть вынесено обязательно до утверждения результатов.

ЗАЯВКА (коллективная)

на прохождение тестирования в рамках Городского Фестиваля «К труду и обороне будь готов»
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди граждан трудоспособного населения

_____ (наименование учреждения, организации)

_____ (степень, возрастная категория)

№	ФИО	ID номер участника	Дата рождения	Домашний адрес	Допуск врача/подпись участника
1.					
2.					
3.					
4.					

Всего в заявке допущено _____ человек Врач _____

Представитель учреждения (организации) _____ / _____

Директор _____ / _____

М.П.

_____ дата

Название медицинской организации, штамп
Телефон, электронная почта

Медицинское заключение
о допуске к участию в физкультурных и спортивных
мероприятиях (тренировочных мероприятиях и спортивных
соревнованиях), мероприятиях по оценке выполнения нормативов
испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)"

Реестровый номер заключения _____

Фамилия _____

Имя _____

Отчество (при наличии) _____

Дата рождения _____

Реестровый номер лица (физкультурника, спортсмена) _____

Дата выдачи, название выдавшего органа _____

Название мероприятия _____

Вид спорта (при наличии) _____

Спортивная дисциплина (при наличии) _____

Этап спортивной подготовки (при наличии) _____

По результатам медицинского осмотра, углубленного медицинского обследования

ДОПУЩЕН

комиссией (вычеркнуть лишнее)

- к тренировочным мероприятиям

- к участию в спортивных соревнованиях

- к участию в Физкультурных мероприятиях

- к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО

Ограничения, в том числе физических нагрузок, сроки ограничений: (ДА/НЕТ)

Описать: _____

Дата выдачи медицинского заключения _____

Медицинское заключение действительно до (указать дату) _____

Ответственное лицо медицинской организации _____ / _____ /

Подпись Фамилия, инициалы

Печать медицинской организации