

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБУ «ЦСС»



СОГЛАСОВАНО:  
Директор МАУ ДО  
«СШ им. Л.П.Моисеева»



УТВЕРЖДЕНО:  
Председатель  
ООА СГО «КФКС и Т»



## ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении Летнего Фестиваля Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» - «Эстафета ГТО»**

### Общие положения

Настоящее Положение определяет цели, задачи, требования к участникам, порядок и условия проведения летнего Фестиваля Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» - «Эстафета ГТО» (далее – Фестиваль).

Фестиваль проводится в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Серовского городского округа на 2024 год, утвержденным приказом отраслевого органа администрации Серовского городского округа «Комитет по физической культуре, спорту и туризму» №95 от 14 декабря 2023 года.

### Цели и задачи Фестиваля

Целью проведения Фестиваля является повышение эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, совершенствование методик мотивации граждан к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

- увеличение количества людей занимающихся физической культурой и спортом на территории Серовского городского округа;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- популяризация комплекса ГТО среди различных групп населения Серовского городского округа.
- формирование гражданской и патриотической позиции среди различных возрастных групп населения.

### Место и сроки проведения

Фестиваль проводится 10 августа 2024 года. Место проведения стадион «Металлург» (г. Серов, ул. Каквинская, 3).

Начало регистрации 10:30ч.

Время старта 11:00ч.

## Требования к участникам и условия допуска

Фестиваль проводится в форме лично - командного первенства.

В **личном** первенстве принимают участие мужчины и женщины в возрасте от 16 до 54 лет (VI – XIV возрастные ступени комплекса ГТО).

В **командном** первенстве принимают участие мужчины и женщины в возрасте от 16 до 54 лет (VI – XIV возрастные ступени комплекса ГТО).

Состав команды: 5 человек (2 женщины и 3 мужчины).

К участию в Фестивале допускаются:

- участники, зарегистрированные в электронной базе данных ГТО ([www.gto.ru](http://www.gto.ru)), имеющие уникальный идентификационный номер;

- участники, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе, имеющие допуск врача;

- имеющие оригинал договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев;

Оригинал заявки (Приложение №1), заверенный врачом, передается главному судье в день проведения Фестиваля.

**Предварительные заявки (Приложение №1) принимаются до 08 августа 2024 включительно на E-mail: [gto\\_serov@mail.ru](mailto:gto_serov@mail.ru) или по телефону: 5-41-98.**

## Программа Фестиваля

Основу программы Фестиваля составляет дистанция протяженностью 60 метров, включающая в себя прохождения полосы препятствий и выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

В личном первенстве участнику необходимо поочередно выполнить 6 видов испытаний «Эстафеты ГТО» и пересечь линию «Старт-финиш».

В командном первенстве каждому участнику команды необходимо поочередно выполнить 6 видов испытаний «Эстафеты ГТО» и передать эстафету следующему участнику команды.

## Этапы программы Фестиваля:

	Наименование этапов	Примечание
1. «Прыжок в длину с места»  - Мужчины 170 см - Женщины 140 см	Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.  Необходимо выполнить 3 прыжка, превышающих норматив:	Запрещается: - заступ за линию отталкивания или касание ее; - отталкивание с предварительного подскока; - поочередное отталкивание ногами; - уход с места приземления назад по направлению прыжка;

<p>2. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»</p> <p>- Мужчины 15 раз - Женщины 5 раз</p>	<p>Необходимо выполнить норматив комплекса ГТО «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»</p>	<p>Запрещено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нарушать технику выполнения испытания;</li> <li>- нарушать прямую линию «плечи-туловище-ноги»;</li> <li>- поочередное разгибание рук;</li> </ul>
<p>3. «Приседание с блинами»</p> <p>- Мужчины 15 раз - Женщины 10 раз</p>	<p>Необходимо выполнить приседания с блином весом 10 кг для мужчин и 5 кг для женщин. Инвентарь берется обеими руками, удерживать его нужно на уровне груди. Спина прямо, таз параллельно полу.</p>	<p>Ошибки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гиря выше или ниже уровня груди;</li> <li>- приседание сделано не до конца (таз не опущен ниже уровня колен – меньше 90 градусов);</li> </ul>
<p>4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»</p> <p>- Мужчины 25 раз - Женщины 15 раз</p>	<p>Необходимо выполнить норматив комплекса ГТО «Поднимание туловища из положения лежа на спине»</p>	<p>Запрещено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- размыкание пальцев рук из «замка»;</li> <li>- изменение прямого угла согнутых ног;</li> <li>- отсутствие касание лопатками мата;</li> <li>- отсутствие касания локтями бедер (коленей);</li> </ul>
<p>5. «Берпи»</p> <p>- Мужчины 10 раз - Женщины 5 раз</p>	<p>Выполнение упражнения «Берпи» (без отжиманий). Обязателен хлопок ладонями над головой.</p>	<p>Запрещено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нарушать технику выполнения;</li> </ul>
<p>6. «Бег 60 метров»</p>	<p>Участникам необходимо пробежать 60 метров за минимальное время прохождения дистанции.</p>	<p>Запрещено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбегать не на свою дорожку;</li> </ul>

### **Система штрафов.**

В эстафете ГТО участник не выполнивший нужное количество повторений: +10 сек. за каждое невыполненное повторение.

Участник самостоятельно считает количество выполненных повторений, судья фиксирует выполнение упражнения командой «Есть» - в случае правильного выполнения, либо командой «Нет» - в случае неудачного выполнения. Если участник выполнил подряд три неудачных попытки, то он заканчивает выполнение упражнения и переходит к следующему.

Также в рамках летнего Фестиваля Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» всем желающим, жителям Серовского городского округа, предлагается выполнить нормативы

испытаний (тестов) комплекса ГТО в соответствии со своей возрастной ступенью:

- Бег на 30м, 60м, 100м;
- Челночный бег 3х10м;
- Подтягивание из виса на высокой/низкой перекладине;
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;
- Прыжок в длину с места;
- Поднимание туловища из положения лежа на спине;

Оценка выполнения нормативов осуществляется в соответствии с государственными требованиями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Министерства спорта России от 22.02.2023 г. №118 и методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) Министерства спорта Российской Федерации от 29 мая 2023 года.

### **Организаторы проведения Фестиваля**

Общее руководство проведением Фестиваля осуществляет отраслевой орган администрации Серовского городского округа «Комитет по физической культуре, спорту и туризму».

Организатором Фестиваля является муниципальное бюджетное учреждение «Центр спортивных сооружений» и муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «СШ им. Л.П. Моисеева».

Муниципальное автономное учреждение «СШ им. Л.П. Моисеева» несет ответственность за реализацию мероприятий, связанных с обеспечением безопасности проведения Фестиваля на своих спортивных объектах на основании и в соответствии с законодательством Российской Федерации и Свердловской области.

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на главного судью – Валенцева Александра Павловича и администратора центра тестирования ГТО – Сычеву Анну Николаевну.

### **Определение победителей и награждение**

Подведение итогов осуществляется в личном и командном первенстве.

Результаты выполнения программы Фестиваля каждым участником фиксируется спортивными судьями на этапе, и вносятся в протокол.

Личный зачет по итогам спортивной программы подводится отдельно среди мужчин и женщин.

Победители «Эстафеты ГТО» определяется по наименьшему времени прохождения дистанции с учетом штрафного времени.

Команда – победитель и призеры Фестиваля награждаются медалями грамотой, и памятными сувенирами (брелочками) участники команды – медалями и памятными сувенирами (брелочками).

Победители и призеры в личном первенстве награждаются медалями, грамотами и памятными сувенирами.

### **Обеспечение безопасности участников Фестиваля**

Фестиваль проводится на объектах спорта, включенных в перечень мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Серовском городском округе в соответствии с Постановлением администрации Серовского городского округа от 13.04.2017 № 545.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. N 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».

Участие в мероприятии осуществляется только при наличии договора (оригинал) о страховании от несчастных случаев (т.е. внезапных, непредвиденных случаев, повлекших за собой обращение в ЛПУ, утрату трудоспособности либо смерть застрахованного лица), который предоставляется в мандатную комиссию на каждого участника мероприятия.

Основанием для допуска участника к Фестивалю по медицинским заключениям является заявка (справка) с отметкой «Допущен» с подписью врача и заверенная личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача в конце заявки, заверенной печатью допустившей участника медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности.

Ответственными за соблюдение норм и правил безопасности при проведении Фестиваля является: директор МАУ ДО «СШ им. Л.П. Моисеева» – Калачик Виктор Вячеславович и главный судья Фестиваля – Валенцев Александр Павлович.

### **Условия финансирования Фестиваля**

МБУ «Центр спортивных сооружений», являясь организатором Фестиваля, осуществляет финансовое обеспечение Фестиваля в соответствии с Порядком финансирования за счет средств местного бюджета и нормами расходов на проведение физкультурных и спортивных мероприятий.

Расходы, связанные с командированием участников, представителей команд осуществляются за счет командирующей организации.

### **Дополнительные условия**

Персональные данные участников, предоставленные при заполнении заявки, будут использоваться исключительно в связи с реализацией настоящего Фестиваля.

Факт подачи заявки на участие в Фестивале, а также непосредственное участие в Фестивале, означает, что участник дает свое согласие на обработку своих персональных данных, а именно: сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, блокирование, уничтожение организатором Фестиваля, исключительно для целей настоящего Фестиваля в соответствии с требованиями действующего законодательства РФ. Участник мероприятия дает свое согласие на передачу его персональных данных любым иным третьим лицам только для целей, связанных с проведением и участием в данном Фестивале.

Факт участия в настоящем Фестивале означает полное согласие участника с настоящим Положением.

Лица, нарушающие установленные правила, будут удаляться с Фестиваля.

**ЗАЯВКА**

На участие во II этапе Летнего Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» - «Эстафета ГТО»

От команды: \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения / возрастная ступень	УИН	Виза врача
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО \_\_\_\_\_ участников

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
*ФИО* *Подпись*  
*МП*

Представитель команды \_\_\_\_\_  
*ФИО полностью, контактный телефон*