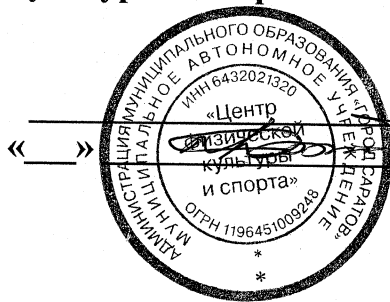


«Утверждаю»

Директор МАУ «Центр физической культуры и спорта»

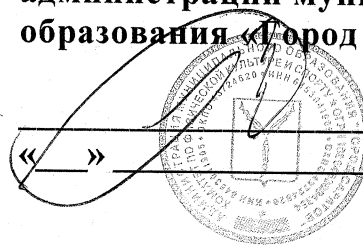


О.В. Конкин

2023 г.

«Утверждаю»

Председатель комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов»



Н.В. Кузнецов

2023 г.

Положение

о проведении городского фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО»

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Городской фестиваль чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО» (далее – Фестиваль) проводится в соответствии календарным планом спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий комитета по физической культуре и спорту администрации МО «Город Саратов» на 2023 год.

Фестиваль проводится в целях:

- популяризации здорового образа жизни и комплекса ГТО в городе Саратове;
- повышение уровня физической подготовленности старших ступеней комплекса ГТО города Саратова;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- отбора участников для дальнейшего участия в региональном этапе фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО» в Саратовской области

II. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство проведением Фестиваля осуществляет комитет по физической культуре и спорту администрации МО «Город Саратов». Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на муниципальный центр тестирования ВФСК «ГТО» МАУ «ЦФКиС».

Состав судейских бригад по видам испытаний формируется из числа судей, имеющих соответствующую судейскую категорию по видам спорта, дисциплины которых являются видами нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Положением о спортивных судьях, утвержденным приказом Минспорта России от 28.12.2017 № 134 и допущенных к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Порядком допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 19.10.2017 № 909.

Главный судья – **Полещук Юлия Викторовна.**

III. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится:

- 18 ноября 2023 года, г. Саратов, Дворец спорта, манеж (ул. Чернышевского,

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в фестивале допускаются мужчины и женщины:

- VIII возрастной ступени (возраст участников 20-24 лет);
- IX возрастной ступени (возраст участников 25-29 лет);
- X возрастной ступени (возраст участников 30-34 лет);
- XI возрастной ступени (возраст участников 35-39 лет);
- XII возрастной ступени (возраст участников 40-44 лет);
- XIII возрастной ступени (возраст участников 45-49 лет), имеющих медицинский допуск к участию в мероприятиях комплекса ГТО.

Количество заявленных индивидуальных участников не более 6 мужчин и 6 женщин в одной возрастной ступени

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 приказом Министра спорта РФ от 18 апреля 2023 года № 259 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» учитываются в соответствии с ЕВСК, утвержденной приказом Минспорта от 13.11.2017 № 990.

К участию в Фестивале не допускаются:

- лица, не зарегистрированные в ЭБД ГТО в установленном порядке;
- лица, не имеющие медицинского допуска к выполнению нормативов комплекса ГТО;
- лица, не соответствующие установленным Положением требованиям к возрасту участников.

Возраст участников Фестивала в соответствии со степенью Комплекса ГТО определяется на дату завершения Фестивала.

Участники фестиваля прибывают на спортивные соревнования в спортивной форме.

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

18 ноября 2023 года:

- 9.00 - 9.30 ч. Дворец спорта (холл) – работа мандатной комиссии;
 - 9.40 – 9.55 – торжественное построение и открытие Фестивала (манеж Дворца спорта);
 - 10.00 – 10.20 – инструктаж главного судьи участников Гонки по правилам прохождения этапов
 - 10.20 - 14.15 - «Гонка ГТО» (индивидуальные участники)*
 - 14.20 – 14.50 – подведение итогов Фестивала, торжественная церемония награждения победителей и призеров
- * «Гонка ГТО» включает в себя 5 этапов

Программа Фестиваля «Гонка ГТО»

«Гонка ГТО» проводится в виде **личных соревнований**. Маршрут «Гонки ГТО» состоит из следующих видов:

1. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
3. Рывок гири 16 кг (мужчины) / приседания с гирей 8 кг (женщины);
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине;
5. Челночный бег 3*10

1. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние **не меньше 180 см для мужчин и 160 см для женщин.**

Общее число повторений – 3 раза для мужчин и 3 раза для женщин.

После выполнения прыжка участник выходит вперед из сектора для прыжков, оббегает конус, возвращается на линию отталкивания и выполняет следующую попытку.

В случае удачной попытки судья называет счет выполненных попыток, в случае неудачной попытки - команду «Нет» и называет ошибку. После заключительной попытки участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых попытка не засчитывается:

- прыжок с предварительного подскока или отталкиванием одной ногой;
- заступ за линию отталкивания;
- выход из сектора в сторону, а не вперед;
- результат прыжка меньше зачетного.

2. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».

Необходимо выполнить **25 повторений для мужчин и 15 повторений для женщин.**

Участник принимает положение упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию. По команде судьи «Можно», участник начинает выполнять упражнение. При сгибании рук должно произойти касание грудью контактной платформы высотой 5 см, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях.

После каждого выполненного повторения судья называет счет. Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет», называет ошибку. После выполнения нужного количества повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- нарушение прямой линии туловище - ноги;
- отсутствие касания средней частью груди контактной платформы;
- отсутствие полностью выпрямленных рук при возвращении в исходное положение;

3. «Рывок гири весом 16 кг» (мужчины), «приседание с гирей 8 кг» (женщины).

Участникам необходимо выполнить **рывок гири 16 кг для мужчин - 20 повторений и приседание с гирей 8 кг для женщин - 10 повторений.**

Рывок гири 16 кг.

Участник не ждет команду, а сразу приступает к выполнению.

Во время каждого повторения нужно поднимать гирю вверх непрерывным движением до полного выпрямления руки и принять **положение фиксации** (ноги и туловище выпрямлены, рука с гирей вертикальна, все части тела и гиря неподвижны).

Как только участник принимает положение фиксации, судья говорит счет выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой судья подает команду «Нет», называет ошибку. После команды судьи можно опускать гирю вниз (не касаясь туловища) для выполнения следующего подъема. Во время упражнения можно один раз сменить рабочую руку. После выполнения нужного количества повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- касание свободной рукой любой части тела;
- не полностью прямая рука при остановке гири наверху с последующим ее

- выпрямлением («дожим»);
- отсутствие положения фиксации.

Приседания с гирей.

Участница не ждет команду, а сразу приступает к выполнению.

Участница поднимает гирю с помоста на уровень груди (можно касаться груди) и принимает исходное положение с полностью прямыми ногами и вертикальным туловищем. По команде судьи «**Можно**», начинает выполнять упражнение. Приседания выполняется до положения, когда верхняя часть бедра параллельна или ниже дорожки. При возвращении в исходное положение необходимо выпрямить колени и таз и принять вертикальное положение туловища.

После каждого выполненного повторения судья говорит счет выполненных повторений. Если повторение выполнено с ошибкой - команду «**Нет**», называет ошибку. После выполнения нужного количества повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- приседание недостаточно глубокое (верхняя часть бедра не достигли уровня параллели с полом);
- отсутствие полностью выпрямленных ног и тазобедренного сустава при возвращении в исходное положение;
- отсутствие вертикального туловища в исходном положении;
- опускание гири от груди.

4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине **мужчины - 30 повторений, женщины - 20 повторений.**

Участник принимает исходное положение лежа на гимнастическом мате (или специальной скамье), руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу или скамье. По команде «**Можно**» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в исходное положение. После каждого повторения (при возвращении в исходное положение) судья называет счет выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой команду «**Нет**», называет ошибку. После выполнения нужного количества повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата (специальной скамьи);
- размыкание пальцев «из замка»;
- смещение таза или поднимание таза.

5. «Челночный бег 3*10»

Участник выполняет должен пробежать 10 метров, коснуться площадки за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом пробежать таким образом, ещё два отрезка по 10 метров.

После прохождения 5 этапа участник оббегает конус и совершает забег на дистанцию в обратном направлении, к линии старта.

Гонка считается завершенной, когда участник гонки пересекает стартовую (финишную) линию.

В «Гонке ГТО» предусмотрена **система штрафов:**

- фальстарт или необбегание поворотного конуса + 5 сек;

- участник не выполнил нужное количество повторений + 5 сек. за каждое невыполненное повторение.

При определении результата время прохождения «Гонки ГТО» суммируется со штрафными секундами участника.

Оргкомитет и ГСК оставляет за собой право изменить программу, время и место проведения Фестиваля в случае возникновения форс-мажорных обстоятельств.

VI. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Обеспечение общественного порядка на соревнованиях осуществляется в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований».

Медицинское обеспечение осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом 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» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях.

Место проведения мероприятия обозначается специальными знаками, огораживающими средствами безопасности и контролируются сотрудниками муниципального центра тестирования ВФСК «ГТО» МАУ «ЦФКиС».

VII. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Во время забегов определяется индивидуальное время прохождения «Гонки ГТО» каждым участником. В случае одинакового итогового времени у двух и более участников, преимущество отдается участнику, у которого меньшее количество штрафного времени.

Победители в личном зачете определяются по наименьшему затраченному времени на прохождение всех этапов «Гонки ГТО» отдельно среди мужчин и женщин в каждой ступени.

Информация о победителях и призерах размещается на официальном сайте комитета по физической культуре и спорту администрации МО «Город Саратов» сарспорт.рф и на официальном аккаунте муниципального центра тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) МАУ «ЦФКиС».

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Приобретение наградной атрибутики, оплата работы судейского аппарата и медицинского персонала осуществляется за счёт средств комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов».

Расходы, связанные с участием в Фестивале, несут командирующие организации.

IX. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в личных состязаниях «Гонки ГТО» в ступени (среди мужчин и женщин отдельно) награждаются медалями и грамотами комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов» с символикой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Участникам, занявшим I места в своих ступенях среди мужчин и женщин, предоставляется право участия в региональном этапе Фестиваля чемпионов

Х. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Регистрация и прием заявок осуществляется по e-mail: gto_saratov@mail.ru (указать в теме письма «Заявка на участие в Фестивале»).

Заявку на участие в Фестивале (приложение №1) с обязательным указанием контактного телефона необходимо направить не позднее **17.00 ч. 15 ноября 2023 г.**

Оригиналы документов предоставляются в мандатную комиссию в день проведения фестиваля.

Необходимый перечень документов:

- оригинал заявки (приложение №1);
- при отсутствии медицинского допуска в заявке – документ медицинской организации об отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом и медицинский допуск к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО/участию в Фестивале;
- ксерокопия документа, удостоверяющий личность (паспорт);
- согласие на обработку персональных данных и на участие в Фестивале (приложение №2);

Контактное лицо по всем организационным вопросам: **Тимофеева Татьяна Николаевна**, тел. **65-95-06** (с 9.00 до 18.00 понедельник-пятница).

ЗАЯВКА
на участие в городском фестивале чемпионов «Гонка ГТО»

№ п / п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения	УИН (ID номер)	Степень	Паспортные данные участника (серия, №, дата выдачи)	Виза врача (допуск, подпись, печать)*
1						
2						
3						
4						

Допущено к участию в городском фестивале чемпионов «Гонка ГТО» _____ участников.

(подписью)

Врач _____ / _____ /
(Ф.И.О.) (подпись)

Представитель команды _____ / _____ /
(Ф.И.О.) (подпись)

Руководитель организации _____ / _____ /
М.П. (Ф.И.О.) (подпись)

Контактный телефон _____

« _____ » _____ 2023 г.

*при отсутствии допуска врача в заявке можно предоставить медицинскую справку с допуском к выполнению нормативов тестов ГТО.

Я, _____, паспорт

(ФИО)

(серия, номер)

выдан _____, зарегистрированный

по

(кем)

(когда)

адресу: _____

настоящим даю согласие:

- на участие в городском фестивале чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО»
- на обработку в Центре тестирования по адресу: г. Саратов, пл. Ленина, б/н, стадион «Сокол» моих персональных данных в рамках организации городского фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО»

Я даю согласие на использование моих персональных данных в целях:

- корректного оформления документов, в рамках организации городского фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО»
- предоставления информации в государственные органы Российской Федерации в порядке, предусмотренным действующим законодательством.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам), обезличивание, блокирование, трансграничную передачу персональных данных, а также осуществление любых иных действий с моими персональными данными, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по своей воле и в своих интересах.

Дата: _____
/ _____ /

Подпись _____

расшифровка