

Положение
о проведении регионального этапа зимнего фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди трудовых организаций Саратовской области

I. ВВЕДЕНИЕ

Региональный этап зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – Комплекс «ГТО») среди трудовых организаций Саратовской области (далее - Фестиваль) проводится в соответствии с Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Саратовской области на 2020 год.

II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

Основной целью проведения Фестиваля является привлечение взрослого населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачами проведения Фестиваля являются:

- популяризация Комплекса «ГТО» среди взрослого населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет министерство молодежной политики и спорта области.

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на государственное автономное учреждение Саратовской области «Физкультурно-спортивный центр «Урожай» и главную судейскую коллегию (приложение № 2 к настоящему Приказу).

Составы главной судейской коллегии (далее - ГСК) и судейских коллегий по видам спорта формируются из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, дисциплины и упражнения которых входят в Комплекс «ГТО», в соответствии с Методическими рекомендациями по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», утвержденных приказом Минспорта России от 1 февраля 2016 года № 70.

IV. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

Фестиваль проводится 22 февраля 2020 года в г. Саратов на базе ГАУ СО «Детский оздоровительный лагерь «Молодежный» (пос. Большая Кумысная

поляна, ул. Лесная, 1Д) и стадиона «Локомотив» (ул. Аткарская, 29, манеж (восточная трибуна).

V. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

День приезда и отъезда – 22 февраля 2020 года.

09.00-10.00 – заседание судейской коллегии (ГАУ СО «ДОЛ «Молодежный», пос. Большая Кумысная поляна, ул. Лесная, 1Д);

10.00-13.00 – соревнования по бегу на лыжах;

13.00-14.00 – обед;

14.00-16.00 – выполнение упражнения на гибкость (наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье), силовые упражнения (подтягивание из виса на высокой перекладине-мужчины, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу-женщины);

16.00 - 16.30 – подведение итогов соревнований;

16.30 – 17.00 – церемония награждения, закрытие соревнований.

Основу программы Фестиваля составляют виды испытаний (тесты), выполняемые участниками, относящимися к VI-IX ступеням Комплекса «ГТО» (25-29, 30-39, 40-49, 50-59 лет соответственно) – зимнее троеборье.

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 Министерством спорта Российской Федерации 1 февраля 2018 года.

№п/п	Виды испытаний	Место проведения
1.	Бег на лыжах: -женщины VI -VII ступень - 3км (мин, с.), VIII - IX ступень - 2км (мин, с.). -мужчины VI - IX ступень - 5км (мин, с.)	ГАУ СО «ДОЛ «Молодежный», пос. Большая Кумысная поляна, ул. Лесная, 1Д
2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	стадион «Локомотив» г. Саратов, ул. Аткарская, 29 «А», манеж (восточная трибуна).
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине /сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	стадион «Локомотив» г. Саратов, ул. Аткарская, 29 «А», манеж (восточная трибуна).

Бег на лыжах

Бег на лыжах (передвижение на лыжах) проводится свободным стилем на дистанциях, проложенных преимущественно на местности со слабо- и среднепересеченным рельефом. При организации масс-старта группу участников выстраивают за 3 метра до стартовой линии.

По команде «На старт!» участники занимают свои места перед линией старта. После выстрела стартера из пистолета или команды «Марш!» они начинают движение.

Участник считается финишировавшим (финишное время фиксируется), когда нога участника пересекает финишную линию носком ботинка.

Все результаты остаются предварительными до того, пока не проверены листки контроллеров.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см.

Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, леггинсы).

При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

Подтягивание на высокой перекладине

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из вися на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды.

Испытание выполняется на максимальное количество раз доступное участнику.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи вслух или с использованием специальных приспособлений (электронных контактных платформ).

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжить выполнение испытания.

VI. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ МЕРОПРИЯТИЯ

Данные соревнования среди участников определяются отдельно для каждой ступени Комплекса «ГТО» среди мужчин и женщин по наибольшей

сумме очков, набранных во всех видах программы фестиваля, с использованием системы АИС (автоматизированной информационной системы) «Фестивали ГТО». В случае равенства суммы-очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в лыжных гонках, при равенстве и этого показателя по лучшему результату в наклоне вперед из положения стоя на гимнастической скамье.

Командное первенство определяется по сумме очков, набранных в спортивной программе всеми участниками команды, соответствующих всех ступеней Комплекса «ГТО». В случае равенства очков победитель определяется по лучшему занятому месту в лыжных гонках.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Мужчины и женщины, занявшие первые, вторые и третьи места в личном зачете в многоборье в каждой ступени, награждаются грамотами и медалями, занявшие вторые и третьи места награждаются грамотами министерства молодежной политики и спорта Саратовской области. Все участники награждаются сертификатами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Команды, занявшие I, II, III места в общекомандном зачете Фестиваля, награждаются кубками и грамотами министерства молодежной политики и спорта Саратовской области.

VIII. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Соревнования проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности объектов спорта к проведению физкультурных мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 года № 134н «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».

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Финансирование Фестиваля обеспечивается за счет средств областного бюджета в пределах утвержденных лимитов бюджетных обязательств, сметы и порядка финансирования спортивных мероприятий в рамках государственной программы Саратовской области «Развитие физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики».

Расходы, связанные с командированием команд на соревнования (проезд, суточные в пути, питание в дни соревнований), несут командирующие организации.

Х. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Фестивале допускаются сборные команды трудовых организаций Саратовской области, скомплектованные в составе 8 человек, в том числе 6 участников и 2 тренера. Обучающиеся образовательных организаций к участию в соревнованиях не допускаются.

Возраст участников Фестиваля от 25 до 59 лет, относящихся к шестой-девятой возрастным ступеням Комплекса «ГТО». В каждой ступени участвуют не более 1 мужчины и 1 женщины. Зачет по 6 результатам (3 мужчины и 3 женщины независимо от возрастных ступеней).

Возраст участников Фестиваля в соответствии со ступенью Комплекса «ГТО» определяется на день проведения Фестиваля.

ХІ. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки (согласно приложению № 1 к настоящему Положению) на участие в региональном этапе зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых организаций Саратовской области подаются в электронном виде в ГАУ СО «ФСЦ «Урожай» за 5 дней до начала соревнований по электронной почте gtsaratov64@mail.ru.

Заявки необходимо оформлять строго по образцу в печатном виде.

Именные заявки подаются в день приезда в мандатную комиссию.

Руководители команд представляют в мандатную комиссию по допуску участников к соревнованиям следующие документы:

1. Именную заявку по форме согласно приложению № 1 к настоящему Положению (без запасных участников);

2. Справки с места работы на каждого участника, документ, удостоверяющий личность (паспорт);

Для получения справочной информации: телефон/факс: (8452) 41-05-66, e-mail: gtsaratov64@mail.ru.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Приложение № 1
к Положению о проведении
регионального этапа зимнего фестиваля
Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к труду и
обороне» (ГТО) среди трудовых
организаций Саратовской области

ФОРМА ИМЕННОЙ ЗАЯВКИ

Заявка на участие в региональном этапе зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых организаций Саратовской области

(наименование муниципального образования)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	УИН участника	Название и адрес трудовой организации (в соответствии с Уставом). сайт, e-mail	Период работы в данной трудовой организации (№ и дата приказа о приеме на работу)	Виза врача*
1.						допущен, <i>подпись</i> врача, дата, <i>печать</i> напротив каждого участника
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						

Допущено к Соревнованиям _____ участников.
(прописью)

Врач _____ / _____
(ФИО) (подпись)

(М.П. медицинского учреждения)

Руководитель организации _____

« _____ » _____ 2019 г. (Ф.И.О. полностью, подпись)

М.П.

Контактный телефон _____

Список
главной судейской коллегии
**регионального этапа зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых**
организаций Саратовской области

1. **Королев Владимир Викторович** - старший инструктор-методист ГАУ СО «Физкультурно-спортивный центр «Урожай», главный судья фестиваля

2. **Хафизов Олег Шавкатович** - ведущий программист ГАУ СО «Физкультурно-спортивный центр «Урожай», главный секретарь фестиваля