| | | |
|---|---|---|
| УТВЕРЖДАЮ:<br>Начальник управления по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар | СОГЛАСОВАНО:<br>Директор департамента образования администрации муниципального образования город Краснодар | СОГЛАСОВАНО:<br>Директор муниципального бюджетного учреждения «Детско-юношеский клуб массового спорта» муниципального образования город Краснодар |
| _____ С.И.Криворучко<br>«  »_____2016 г. | _____ А.С.Некрасов<br>«  »_____2016 год | _____ О.И.Тищенко<br>«  » _____2016 г. |

# ПОЛОЖЕНИЕ
## о проведении фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций муниципального образования город Краснодар

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди обучающихся в образовательных учреждениях муниципального образования город Краснодар, (далее по тексту фестиваль), проводится с целью:

повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения;

формирования у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;

повышения общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

профилактики правонарушений и незаконного потребления наркотических средств среди молодежи.

## 2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится в два этапа:

I этап – с 10 по 15 марта 2016 года, проводится на базе образовательных учреждений;

II этап – с 16 по 18 марта 2016 года, проводится в муниципальном образовании город Краснодар, по назначению.

Управление по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар оставляет за собой право изменения сроков, места и времени проведения мероприятий.

## 3. РУКОВОДСТВО ПОДГОТОВКОЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляют управление по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар и департамент образования администрации муниципального образования город Краснодар.

Непосредственное проведение II этапа Фестиваля возлагается на муниципальное бюджетное учреждение «Детско-юношеский клуб массового спорта» муниципального образования город Краснодар и главную судейскую коллегию, утверждённую в установленном порядке.

Состав ГСК формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

## 4. УЧАСТНИКИ

К участию в Фестивале I этапа допускаются учащиеся образовательных учреждений (11 классов) в возрасте от 16 до 18 лет (V- VI ступени), имеющие основную медицинскую группу.

К участию в Фестивале во II этапе допускаются учащиеся образовательных учреждений (11 классов) в возрасте от 16 до 18 лет, (V- VI ступени), зарегистрированные в автоматизированной информационной системе ВФСК ГТО, имеющие основную медицинскую группу, при наличии заявки образовательной организации, заверенной руководителем учреждения и врачом, согласно приложению № 1.

## 5. ЗАЯВКИ

Представители команд предоставляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

заявку по форме, согласно приложению № 1, заверенную руководителем образовательного учреждения и врачом **(медицинский допуск действителен не более 10 дней)**;

паспорт (оригинал) на каждого участника;

страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;

договор (оригинал) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев.

Заявки на участия во II этапе фестиваля будут приниматься на месте проведения тестовых испытаний.

Мандатная комиссия начинает работу за 1 час до начала проведения тестовых испытаний.

## 6. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

I этап

Участников знакомят с информацией:

об основных положениях Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

о порядке самостоятельной регистрации участников в автоматизированной ин-

формационной системе и получения уникального идентификационного номера;

о программе II этапа Фестиваля и нормативах выполнения тестов для соответствующих возрастных ступеней.

**Примечание: участники проходят виды испытаний, которые включены в программу данного Положения.**

II этап

**Программа тестов V ступени комплекса ГТО (возрастная группа от 16 до 17 лет)**

**Юноши**

| № | Вид испытания (тест) | Бронзовый знак | Серебряный знак | Золотой знак |
|---|---|---|---|---|
| Обязательные испытания (тесты) | | | | |
| 1 | Бег на 100 метров (с) | 14,6 | 14,3 | 13,8 |
| 2 | Бег на выносливость на 2 км. (мин, с) | 9,20 | 8,50 | 7,50 |
| | или на 3 км. (мин, с) | 15,10 | 14,40 | 13,10 |
| 3 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) | 8 | 10 | 13 |
| | или рывок гири 16 кг (количество раз) | 15 | 25 | 35 |
| 4 | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) | 6 | 8 | 13 |
| Испытание (тесты) по выбору | | | | |
| 1 | Прыжок в длину с разбега (см) | 360 | 380 | 440 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 200 | 210 | 230 |
| 2 | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин) | 30 | 40 | 50 |
| 3 | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку. Дистанция 10 м (очки) | 15 | 20 | 25 |
| 4 | Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) | 27 | 32 | 38 |
| 5 | Кросс на 5 км по пересеченной местности | Без учета времени | Без учета времени | Без учета времени |
| 6 | Плавание на 50 м (мин, с) | Без учета времени | Без учета времени | 0,41 |

**Девушки**

| № | Вид испытания (тест) | Бронзовый знак | Серебряный знак | Золотой знак |
|---|---|---|---|---|
| Обязательные испытания (тесты) | | | | |
| 1 | Бег на 100 метров (с) | 18,0 | 17,6 | 16,3 |
| 2 | Бег на выносливость на 2 км. (мин, с) | 11,50 | 11,20 | 9,50 |
| 3 | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз) | 11 | 13 | 19 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) | 9 | 10 | 16 |
| 4 | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) | 7 | 9 | 16 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Испытание (тесты) по выбору | | | | |
| 1 | Прыжок в длину с разбега (см) | 310 | 320 | 360 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 160 | 170 | 185 |
| 2 | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин) | 20 | 30 | 40 |
| 3 | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку. Дистанция 10 м (очки) | 15 | 20 | 25 |
| 4 | Метание спортивного снаряда весом 500 г (м) | 13 | 17 | 21 |
| 5 | Кросс на 3 км по пересеченной местности | Без учета времени | Без учета времени | Без учета времени |
| 6 | Плавание на 50 м (мин, с) | Без учета времени | Без учета времени | 1,10 |

## Программа тестов VI ступени комплекса ГТО (возрастная группа от 18 до 24 лет)

### Мужчины

| № | Вид испытания (тест) | Бронзовый знак | Серебряный знак | Золотой знак |
|---|---|---|---|---|
| Обязательные испытания (тесты) | | | | |
| 1 | Бег на 100 метров (с) | 15,1 | 14,8 | 13,5 |
| 2 | Бег на выносливость на 3 км. (мин, с) | 14,0 | 13,20 | 12,30 |
| 3 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) | 9 | 10 | 13 |
| | или рывок гири 16 кг (количество раз) | 20 | 30 | 40 |
| 4 | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) | 6 | 7 | 13 |
| Испытание (тесты) по выбору | | | | |
| 1 | Прыжок в длину с разбега (см) | 380 | 390 | 430 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 215 | 230 | 240 |
| 3 | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку. Дистанция 10 м (очки) | 15 | 20 | 25 |
| 4 | Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) | 33 | 35 | 37 |
| 5 | Кросс на 5 км по пересеченной местности | Без учета времени | Без учета времени | Без учета времени |
| 6 | Плавание на 50 м (мин, с) | Без учета времени | Без учета времени | 0,42 |

### Женщины

| № | Вид испытания (тест) | Бронзовый знак | Серебряный знак | Золотой знак |
|---|---|---|---|---|
| Обязательные испытания (тесты) | | | | |
| 1 | Бег на 100 метров (с) | 17,5 | 17,0 | 16,5 |
| 2 | Бег на выносливость на 2 км. (мин, с) | 11,35 | 11,15 | 10,30 |
| 3 | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз) | 10 | 15 | 20 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) | 10 | 12 | 14 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 4 | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) | 8 | 11 | 16 |
| Испытание (тесты) по выбору | | | | |
| 1 | Прыжок в длину с разбега (см) | 270 | 290 | 320 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 170 | 180 | 195 |
| 2 | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин) | 34 | 40 | 47 |
| 3 | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку. Дистанция 10 м (очки) | 15 | 20 | 25 |
| 4 | Метание спортивного снаряда весом 500 г (м) | 14 | 17 | 21 |
| 5 | Кросс на 3 км по пересеченной местности | Без учета времени | Без учета времени | Без учета времени |
| 6 | Плавание на 50 м (мин, с) | Без учета времени | Без учета времени | 1,10 |

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренными на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (протокол № 1 от 23 июля 2014 года пункт II/1), Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28 мая 2014 года и 27 августа 2014 года и государственным требованиям к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Разрешено использование пневматических винтовок отечественного образца типа ИЖ-38, ИЖ-60, МР-60, МР-512, ИЖ-32, МР-532. Прицел открытый, мушка пеньковая.

Порядок проведения программы Фестиваля II этапа определяются организаторами. При проведении Фестиваля рекомендуется придерживаться следующего порядка:

Первый день
обязательные испытания (тесты):

1. Бег на 100 метров.
2. Бег на выносливость на 2 или на 3 км.
3. Силовая гимнастика – подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири.
4. Силовая гимнастика – подтягивание из виса на низкой перекладине и сгибание-разгибание рук упоре лежа на полу.
5. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Второй день
испытания (тесты) по выбору:

1. Стрельба из пневматической винтовки.
2. Поднимание туловища из положения лежа на спине.
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
4. Прыжок в длину с разбега.

5. Метание спортивного снаряда 500 г или 700 г.
6. Кросс по пересеченной местности.
7. Бег на выносливость.

Третий день
испытания (тесты) по выбору:

1. Плавание.

## 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Ответственность за здоровье и сохранность жизни участников соревнований в пути следования и в дни проведения мероприятия возлагается на представителей команд.

Фестиваль проводится на спортивных сооружениях муниципального образования город Краснодар, отвечающих требованиям соответствующих нормативно - правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка, безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

Ответственные исполнители:

руководитель спортивного сооружения;

главный судья.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 9 августа 2010 № 613Н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

## 8. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Участники II этапа Фестиваля должны при себе иметь страховое свидетельство по страхованию от несчастных случаев на время проведения соревнований.

## 9. ФИНАНСИРОВАНИЕ

Финансовые расходы, связанные с оплатой работы судейского персонала, оплатой работы обслуживающего и медицинского персонала, несет управление по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар

**Данное положение является официальным приглашением на соревнования!**

Приложение № 1

к Положению о проведению Фестиваля
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций муниципального образования город Краснодар

# ЗАЯВКА
## на участие в программе II этапа фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций муниципального образования город Краснодар

_____
(Наименование учебного заведения)

| № п/п | Фамилия, имя, отчество | Дата рождения (д.м.г.) | УИН (id) номер в АИС ГТО | Название общеобразовательной организации (в соответствии с Уставом) | Виза врача допущен. *подпись врача. дата. печать напротив каждого участника соревнований* |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | | |
| 2. | | | | | |
| 3. | | | | | |
| 4. | | | | | |
| 5. | | | | | |
| 6. | | | | | |

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО _____ обучающихся.
*(прописью)*

Врач _____ / _____
*(подпись)* *(ФИО)*

Руководитель учреждения _____
МП *(подпись, Ф.И.О.)*

**Ф.И.О. руководителя делегации (полностью) _____**

**Контактный телефон, E-mail: _____**