

«Утверждаю»
1
Директор
МАУ «ЦК «СОК «Локомотив»
Ишимский район
Ишимская область
Спортивно-оздоровительный комплекс
«Локомотив»
11.17.23.2020.663
Ишим 120522343 КПП 70001001»
В.И. Бузунов
«08» Октября 2023 г

ГТО
путь к успеху



ПОЛОЖЕНИЕ
О «Декаде ГТО»

Ишим 2023

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ:

1.1. «Декада ГТО» проводится на основании плана мероприятий по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Тюменской области и календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Тюменской области на 2023 год, утвержденным приказом Департамента физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области от 12 декабря 2022 года № 550 с целью:

- организации тестирования комплекса ВФСК ГТО;
- популяризации ВФСК ГТО (ГТО) среди обучающихся общеобразовательных организаций города Ишима;
- пропаганда физической культуры и спорта;
- совершенствование форм организации массовой физкультурно-спортивной работы.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ:

2.1. «Декада ГТО» проводится с 04 декабря по 22 декабря 2023 года на территории города Ишима;

2.2. Места проведения: Спортивные залы общеобразовательных учреждений

3. ОРГАНИЗАТОРЫ:

3.1. Руководство проведения «Декады ГТО» осуществляет Департамент по социальным вопросам Администрации города Ишима;

3.2. Непосредственное проведение возлагается на МАУ «ИГ СОК «Локомотив» и общеобразовательные учреждения.

4. ТРЕБОВАНИЕ К УЧАСТНИКАМ:

4.1. К участию в «Декаде ГТО» допускаются обучающиеся общеобразовательных учреждений города Ишима от 6 до 11 лет относящиеся к I-III ступеням комплекса ГТО соответственно, при наличии уникального идентификационного номера (УИН), полученного при регистрации в ЭБД ВФСК ГТО, допуска врача.

5. ПРОГРАММА «ДЕКАДЫ ГТО»:

5.1. Программа «Декады ГТО» включает в себя:

№	Наименование мероприятия	Испытания (тесты)	Дата проведения
1	«День гибкости»	Выполнение наклона из положения стоя.	04 - 05.12.2023 г.
2	«День прыгуна»	Выполнение прыжка в длину с места, толчком двумя ногами.	06 - 07.12.2023 г.
3	«День бега»	Челночный бег 3*10 м., бег 30 м.	11-12.12.2023 г.
4	«День меткости»	Метание теннисного мяча в цель с расстояния 6 м.	13 -14 .12.2023 г.
5	«День силы»	Подтягивание из виса на высокой перекладине, или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	18 - 19.12.2023 г.
6	«День выносливости»	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	20 - 21.12.2023 г.

7	«День кросса»	Смешанное передвижение, бег на 1000 м.	22.12.2023 г.
8	«День лыж»	Ходьба на лыжах, бег на лыжах 1 км.	22.12.2023 г.

6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ:

6.1. Мероприятия «Декады ГТО» проводятся в соответствии с графиком проведения (Приложение № 3);

6.2.

№	Наименование мероприятия	Испытания (тесты)	Условия выполнения
1	«День гибкости»	Выполнение наклона вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	(см, одна попытка)
2	«День прыгуна»	Выполнение прыжка в длину с места, толчком двумя ногами.	см, лучший результат из 3 попыток
3	«День бега»	Челночный бег 3*10 м., бег 30 м.	Секунды до десятых
4	«День меткости»	Метание теннисного мяча в цель с расстояния 6 м.	дистанция 6 м (количество попаданий). Выполняют обучающиеся 2 ступени (от 8 до 9 лет)
5	«День силы»	Подтягивание на высокой (низкой) перекладине.	количество раз за 1 минуту
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	количество раз за 3 минуты
6	«День выносливости»	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	количество раз за 1 минуту
7	«День «кросса»	Смешанное передвижение на 1000 м., бег на 1000 м.	Смешанное передвижение на 1000 м.- 2 ступень; Бег на 1000 м.- 3 ступень.
8	«День лыж»	Ходьба на лыжах, бег на лыжах 1 км.	Ходьба на лыжах — 1 ступень; Бег на лыжах на 1 км.- 2-3 ступень.

7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ:

7.1. Обеспечение безопасности участников осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.

8. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ В ФЕСТИВАЛЕ

8.1. Заявки на участие в «Декаде ГТО», протокола, медицинское заключение и согласие на обработку персональных данных предоставляются на следующий день после проведения мероприятия.

8.2. Предоставление фото, видео отчетов о проведенном мероприятии на адрес электронной почты gto.ishim@mail.ru

Заявка
на участие в тестировании
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне (ГТО) обучающихся образовательных организаций
города Ишима

от _____
(Наименование организации)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	Возрастная группа (ступень)	УИН номер в АИС ГТО	Виза врача*
					*(допущен, подпись врача, дата, печать напротив каждого участника)

Допущено к тестированию комплекса ГТО _____ участников.
(прописью)

Мед. работник _____ / _____
(ФИО) (подпись)

М.П.

Представитель команды _____
(ФИО) (подпись) (раб. тел., моб. тел.)

Руководитель организации _____
(ФИО) (подпись) (раб. тел., моб. тел.)

ФИО исполнителя полностью и контактный телефон _____

« _____ » _____ 2023 г.

М.П.

ЗАЯВКА
на прохождение тестирования в рамках
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

№	Наименование	Информация	
1.	Фамилия, Имя, Отчество		
2.	Пол		
3.	ID номер- Идентификационный номер участника тестирования в АИС ГТО		
4.	Дата рождения		
5.	Документ, удостоверяющий личность (паспорт или св-во о рождении)		
6.	Адрес места жительства		
7.	Контактный телефон		
8.	Адрес электронной почты		
9.	Основное место учебы		
10.	Спортивное звание		
11.	Почетное спортивное звание		
12.	Спортивный разряд с указанием вида спорта		
13.	Перечень выбранных испытаний	Челночный бег 3x10 м (с), или бег на 30 м (с)	
		Смешанное передвижение на 1000 м (мин,с), бег на 1000 м.	
		Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	
		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи -	

		см)	
		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	
		Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий)	
		Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	
		Ходьба на лыжах, бег на лыжах на 1 км (мин, с)	

Я, _____, паспорт _____, (ФИО) (серия номер)
 выдан _____, зарегистрированный по (кем) (когда)
 адресу: _____, являюсь законным
 представителем несовершеннолетнего _____, _____ года рождения, (ФИО)

настоящим даю согласие:

- на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) моим ребенком

_____ (ФИО)
 - на обработку в *Центре тестирования по адресу: г. Ишим ул. Свердлова 112* моих и моего ребенка персональных данных в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Я даю согласие на использование моих и моего ребенка персональных данных в целях:

- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

- предоставления информации в государственные органы Российской Федерации в порядке, предусмотренным действующим законодательством.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих и моего ребенка 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 и моего ребенка персональными данными, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

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

Дата: _____ Подпись _____ / _____ / (ФИО)

ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

Наименование медицинской организации,
адрес, телефон, штамп.

Медицинское заключение

о допуске к занятиям физической культурой (в том числе в организациях), к участию в
массовых спортивных соревнованиях, к занятиям спортом на спортивно-
оздоровительном этапе спортивной подготовки, к выполнению нормативов испытаний
(тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и
обороне»

ФИО _____

Дата рождения _____

По результатам медицинского осмотра

- к занятиям физической культурой (в том числе в организациях)
- к занятиям спортом на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки, вид спорта

- к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО»

подчеркнуть нужное

ДОПУЩЕН/ НЕ ДОПУЩЕН

Дата выдачи медицинского заключения _____

Медицинское заключение действительно с _____ по _____

Врач _____

подпись, ФИО, печать врача