

1. Общие положения:

1.1. Зимний Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди взрослого населения города Ишима, посвященный 10-летию комплекса ГТО (далее — Фестиваль, Соревнование), проводится в соответствии с:

- п. 42 плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее комплекс ГТО), утверждённого распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года № 1165-р;

- календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Тюменской области на 2024 год, утвержденным приказом Департамента физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области от 14 декабря 2023 года № 619;

- календарным планом физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий в городе Ишиме на 2024 год;

1.2. Целью проведения Фестиваля является вовлечение граждан в систематические занятия физической культурой и спортом.

1.3. Задачами Фестиваля являются:

— популяризация комплекса ГТО среди всех категорий населения;

— повышение уровня физической подготовленности населения;

— создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;

— поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;

— формирование сборной команды города Ишима для участия во II (региональном) этапе Фестиваля в г. Тюмени.

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

2.1. Дата проведения: 27 января 2024 года.

2.2. Место проведения: МАОУ СОШ № 7 (корпус 2) по адресу: ул. Орджоникидзе, 41.

2.3. Регистрация участников с 10.00 до 10.15 часов.

2.4. Открытие Фестиваля в 10.15 часов.

2.5. Выполнение испытаний в рамках «Иду на рекорд» в 10.30 часов.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ:

3.1. Общее руководство проведением соревнований осуществляет Департамент по социальным вопросам Администрации города Ишима.

3.2. Состав главной судейской коллегии (далее - ГСК) и судейских бригад формируется из числа спортивных судей, имеющих соответствующую судейскую категорию по видам спорта, дисциплины и упражнения которых являются видами испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Приказом Минспорта России от 01.02.2016 № 70 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.

3.3. Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на МАУ «ИГ СОК «Локомотив», Центр тестирования комплекса ГТО в городе Ишиме.

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА:

4.1. Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 12.02.2019 № 90.

4.2. К участию в Фестивале допускаются:

- граждане от 20 до 49 лет, относящиеся к VIII – XIII ступеням комплекса ГТО соответственно;
- при наличии уникального идентификационного номера в ЭБД ВФСК ГТО;
- медицинского заключения о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- участники, имеющие постоянную регистрацию по месту проживания (прописка по месту жительства) в муниципальном образовании, которое предоставляет участник, на дату не позднее 01.01.2024 г.;
- возраст участников Фестиваля в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату завершения спортивной программы Фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО» – 31.03.2024 г.

4.3. К участию в Соревнованиях допускаются сборные команды в составе 7 человек, в том числе: 6 участников (по 1 женщине и по 1 мужчине в следующих возрастных группах:

- 20-29 лет (VIII-IX ступени комплекса ГТО);
- 30-39 лет (X-XI ступени комплекса ГТО);
- 40-49 лет (XII-XIII ступени комплекса ГТО);
- 1 руководитель делегации.

5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ:

5.1. Программа Фестиваля включает спортивную программу.

Соревнование состоит из 5 испытаний. Основу спортивной программы составляют виды испытаний (тесты), включенные в программу Областного фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), посвященного 10-летию комплекса ГТО, выполняемые участниками, относящимися к VIII и XIII возрастным ступеням (от 20 до 49 лет) комплекса ГТО.

5.2. СПОРТИВНАЯ ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

5.3. Соревнования «Иду на рекорд» - является личным и состоит из выполнения одного из заявленных видов испытаний (тестов)

комплекса ГТО на максимально возможное количество повторений в гендерно - возрастной ступени комплекса ГТО.

Соревнования проводятся в следующих номинациях:

-«Рекордсмен ГТО: сила (подтягивание из виса на высокой перекладине, мужчины, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см, женщины)»;

-«Рекордсмен ГТО: сила (рывок гири 16 кг)», мужчины;

-«Рекордсмен ГТО: сила (сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу), женщины и мужчины;

-«Рекордсмен ГТО: сила (прыжок в длину с места толчком двумя ногами)», женщины и мужчины;

-«Рекордсмен ГТО: гибкость», женщины и мужчины;

-«Рекордсмен ГТО: скорость (поднимание туловища из положения лежа на спине), женщины и мужчины.

Оценка выполнения каждого подхода осуществляется судейской коллегией.

5.4. Командная эстафета- соревнование командное, проходит в несколько последовательных этапов и состоит из следующих видов:

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 150 см для женщин.

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

После последнего прыжка участник перебегает на следующий пункт дистанции Гонки ГТО и приступает к преодолению второго испытания.

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

Необходимо выполнить 20 повторений для мужчин и 10 повторений для женщин. Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания третьего пункта дистанции.

3. «Рывок гири весом 16 кг» (мужчины). «приседание» (женщины)

Участникам необходимо выполнить рывок гири 16 кг для мужчин – 10 повторений и приседание для женщин – 10 повторений.

Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает на следующий пункт.

4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине

мужчины – 25 повторений, женщины – 15 повторений.

Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает на следующий пункт дистанции.

5. «Подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины) и подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (женщины)»

Участник выполняет подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины)– 10 повторений и подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (женщины) – 8 повторений.

Выполнив нужное количество повторений, участник оббегает фишку или иной элемент и бегом возвращается к линии старта. Забег считается завершенным, когда участник гонки возвращается на стартовую позицию.

По всей дистанции с участниками продвигается судья, который оценивает правильность выполнения упражнения и количество правильно выполненных повторений. На каждом пункте находится секретарь, который записывает в протокол количество правильно выполненных повторений и штрафные секунды за нарушения у каждого участника.

Участники Соревнований не должны нарушать маршрут движения (сокращать маршрут). Количество повторений, указанное в Таблице требований, является обязательным для выполнения всеми участниками. Все участники должны избегать действий или поведения, способных помешать на дистанции другим участникам.

Штрафы:

- фальстарт участника команды + 5 сек.;
- участник не сделал нужное количество повторений, перейдя к следующему пункту +5 сек. за каждое несделанное повторение.
- выполнение испытания с нарушением правил + 5 сек. за каждое неверное повторение.

Время прохождения каждого участника оценивается в очках от 1 до 100 согласно оценочной таблице результатов «Гонки ГТО».

Таблица требований к прохождению Фестиваля

Мужчины 20-29 лет 30-39 лет 40-49 лет	1. Прыжок в длину	2. Отжимание	3. Рывок гири одной рукой, смена рук любая	4. Пресс (без лимита в 1 минуту)	5. Подтягивание на перекладине
	Длина прыжка: 180 см	Кол-во раз: 20	Вес: 16 кг	Кол-во раз: 25	Кол-во раз: 10
	Кол-во раз: 3		Кол-во раз: 10		
Женщины 20-29 лет 30-39 лет 40-49 лет	1. Прыжок в длину	2. Отжимание	3. Приседание	4. Пресс (без лимита в 1 минуту)	5. Подтягивание на перекладине
	Длина прыжка: 150 см	Кол-во раз: 10	Кол-во раз: 10	Кол-во раз: 15	Кол-во раз: 8
	Кол-во раз: 3				

6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ:

6.1. Участие в программе Фестиваля обязательно для всех членов сборных команд.

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 Минспортом России от 29 мая 2023 года.

7. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ:

7.1. Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой возрастной группы комплекса ГТО среди мужчин и женщин (20-29 лет, 30-39 лет, 40-49 лет) по наибольшей сумме очков, набранных при прохождении всех этапов Фестиваля согласно оценочной таблице результатов.

7.2. При равенстве суммы очков у двух или более участников, преимущество получает участник, набравший наименьшее количество штрафов при выполнении испытаний. При равенстве этого показателя преимущество получает наиболее возрастной участник.

7.3. Общее время прохождения всех пунктов каждым участником команды суммируется со штрафным временем, полученным участниками команды во время прохождения дистанции.

7.4. Командное первенство Фестиваля определяется по сумме очков, набранных в спортивной программе всеми участниками команды в соответствующих возрастных ступенях комплекса ГТО.

7.5. При равенстве суммы очков у двух или более команд преимущество отдается команде, у которой меньше количество штрафного времени при выполнении испытаний.

8. НАГРАЖДЕНИЕ:

8.1. Участники показавшие личный рекорд в выполнении норматива, среди мужчин и женщин в спортивной программе «Иду на рекорд» в каждой из возрастных групп ступеней комплекса ГТО награждаются дипломами и медалями.

8.2. Команды занявшие в эстафете 1-3 место награждаются кубком, дипломам, а участники - дипломами и медалями.

8.3. Участники, зарегистрировавшиеся в системе АИС ГТО и выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

9. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ:

9.1. Расходы, связанные с проведением Фестиваля, медицинское сопровождение, дипломы, медали, кубки несёт МАУ «ИГ СОК «Центральный».

10. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ:

10.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения

безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

10.2. Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 20.10.2020 г. № 1144Н «Об утверждении порядка 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» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

10.3. Главный судья несет ответственность за соблюдение участниками соревнований требований техники безопасности, которые должны соответствовать правилам проведения соревнований по данному виду спорта и принимает меры по профилактике травматизма (медицинское обеспечение).

10.4. Главный судья контролирует обязанности коменданта соревнований по соблюдению правил техники безопасности для зрителей.

10.5. Руководители делегаций несут персональную ответственность за безопасность и поведение членов делегации во время проведения соревнований, а также за достоверность предоставленных документов на участников.

10.6. Участники Фестиваля и организаторы используют средства индивидуальной защиты, за исключением периода соревновательной и тренировочной деятельности (для спортсменов и спортивных судей). Руководители делегаций осуществляют термометрию, следят за отсутствием симптомов ОРВИ, незамедлительно информируют медицинский персонал при выявлении лиц с температурой и симптомами ОРВИ во время проведения соревнований.

11. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ:

11.1. Для участия в Фестивале необходимо направить предварительную заявку в сканированном виде по установленной форме (Приложение № 1), по адресу: г. Ишим, ул. Свердлова, 112, МАУ «ИГ СОК «Локомотив» (Фомина Лариса Сергеевна, e-mail: cto.ishim@mail.ru, тел. 8 (34551) 5-99-20 .

Срок представления заявки до 24 января 2024 года.

Заявки, направленные после указанного срока, рассматриваться не будут.

Руководители делегаций представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- заявку по форме согласно приложению № 1 (идентичную предварительной заявке), заверенную руководителем организации, врачебно-физкультурным диспансером (медицинский допуск

действителен не более 10 дней):

- паспорт (оригинал + копия) на каждого участника;
- медицинское заключение;
- согласие на обработку персональных данных на каждого участника (Приложение № 3).

Организаторы имеют право на внесение изменений в данное положение.

Данное Положение является официальным приглашением на участие в фестивале.

Исполнитель – руководитель центра тестирования Комплекса ГТО в городе Ишиме: Фомина Лариса Сергеевна тел: 8-922-041-76-78.

Главный судья центра тестирования Комплекса ГТО в городе Ишиме: Фомин Евгений Владимирович тел: 8-9220714774.

По всем вопросам проведения Фестиваля обращаться в МАУ «ИГ СОК «Локомотив» ул. Свердлова,112. gto.ishim@mail.ru

Заявка
на участие в зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди взрослого населения города
Ишима

от _____
(Наименование организации)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	Возрастная группа (ступень)	УИН номер в АИС ГТО	Заявленный норматив (испытания) «Иду на рекорд»	Виза врача
1	Иванов Иван Иванович	01.01.2000	VIII ступень (20-29 лет)	72-23 00000	Подтягивание	

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО _____ участников.
(прописью)

Мед. работник _____ / _____
(ф.и.о.) (подпись)

М.П.
Представитель команды _____
(фио) (подпись) (раб. тел., моб. тел.)

Руководитель организации _____
(ф.и.о.) (подпись) (раб. тел., моб. тел.)

ФИО исполнителя полностью и контактный телефон _____
(ф.и.о. подпись, телефон)

«__» _____ 2024 г.

Название 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"

Фамилия

Имя

Отчество

Дата рождения

Серия и номер удостоверения личности, дата выдачи, название выдавшего органа

По результатам медицинского осмотра
ДОПУЩЕН

(вычеркнуть лишнее)

- 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"

Ограничения физических нагрузок: (ДА/НЕТ)

Описать:

Дата выдачи медицинского заключения

Медицинское заключение действительно до

Врач _____ / _____ /

Подпись

Фамилия, инициалы

Печать врача

Печать медицинской организации

Я _____
(ФИО)
паспорт _____
(серия номер)
выдан _____
(кем) (когда)

зарегистрированный _____ по _____ адресу _____

настоящим даю согласие:

- на обработку персональных данных, в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в МАУ «ИГ СОК «Локомотив», центре тестирования ВФСК ГТО города Ишима по адресу: Тюменская область, город Ишим, ул. Свердлова 112.

Я даю согласие на использование моих 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 персональных данных, которые необходимы или желаемые 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