



АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АХТУБИНСКИЙ РАЙОН»

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

28.07.2020

№ 568

Об утверждении Положения о проведении Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения муниципального образования «Ахтубинский район»

В целях реализации на территории Ахтубинского района Астраханской области мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2020 год, с целью повышения эффективности использования физической культуры и массового спорта в укреплении здоровья населения, гармоничном и всестороннем развитии личности, совершенствовании методик мотивации граждан, осуществляющих трудовую деятельность, к ведению здорового образа жизни, администрация МО «Ахтубинский район»

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить прилагаемое Положение о проведении Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения муниципального образования «Ахтубинский район» (далее - Положение).

2. Провести Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения муниципального образования «Ахтубинский район» 07 августа 2020 г. с 08:00 часов на базе стадиона «Волга» согласно Положению.

3. Начальнику отдела по физической культуре и спорту администрации МО «Ахтубинский район» организовать медицинское обслуживание участников соревнований.

4. МКУ «УХТО МО «Ахтубинский район» обеспечить размещение настоящего постановления в сети Интернет на официальном сайте администрации МО «Ахтубинский район» в разделе «Документы» подразделе «Документы Администрации» подразделе «Официальные документы».

5. Общему отделу администрации МО «Ахтубинский район» представить информацию в газету «Ахтубинская правда» о размещении настоящего постановления в сети Интернет на официальном сайте администрации МО «Ахтубинский район» в разделе «Документы» подразделе «Документы Администрации» подразделе «Официальные документы».

Глава муниципального образования

А.А. Кириллов

Положение
о проведении Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения
муниципального образования «Ахтубинский район»

1. Общие положения

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения муниципального образования «Ахтубинский район» (далее - Фестиваль ГТО) проводится в целях реализации на территории Астраханской области мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее - комплекс ГТО) на 2020 год.

Цель Фестиваля ГТО:

Повышение эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного и всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан, осуществляющих трудовую и профессиональную служебную деятельность, к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля ГТО:

- популяризация комплекса ГТО среди всех категорий населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и испытаний (тестов) комплекса ГТО.

2. Место и сроки проведения

Фестиваль ГТО проводится согласно правилам и положениям комплекса ГТО 07.08.2020 г.

Место проведения: стадион «Волга».

3. Организаторы мероприятия

Организаторами проведения Фестиваля ГТО являются отдел по физической культуре и спорту администрации МО «Ахтубинский район» и МБУ ДО «АДЮСШ МО «Ахтубинский район» (центр тестирования).

Для проведения Фестиваля ГТО утверждается состав оргкомитета (приложение № 1 к Положению), состав главной судейской коллегии (приложение № 2 к Положению).

4. Требования к участникам и условия их допуска

4.1. К участию в Фестивале ГТО допускаются граждане, в возрасте от 18 до 70 лет и старше.

4.2. Участники должны быть зарегистрированы в автоматизированной информационной системе «Готов к труду и обороне» (далее - АИС ГТО) на сайте www.gto.ru.

4.3. К участию в Фестивале ГТО допускаются граждане, предоставившие медицинский допуск к сдаче нормативов комплекса ГТО, а также предоставившие свои заявки в сроки, установленные в разделе 11 настоящего Положения, и соответствующие приложению № 4 к настоящему Положению.

4.4. Персональные данные (фамилия, имя, отчество, пол, дата рождения), указанные в личном кабинете АИС ГТО, должны соответствовать данным, предоставляемым перед участием в Фестивале ГТО.

4.5. Результаты участников, не имеющих УИН-номера не учитываются.

4.6. Команды формируются из числа штатных работников предприятий (организаций, учреждений), органов государственной власти и местного самоуправления в возрасте от 25 до 69 лет в следующих возрастных группах:

- 25-29 лет (шестая ступень комплекса ГТО);
- 30-39 лет (седьмая ступень комплекса ГТО);
- 40-49 лет (восьмая ступень комплекса ГТО);
- 50-59 лет (девятая ступень комплекса ГТО);
- 60-69 лет (десятая ступень комплекса ГТО).

Состав команды включает не более 12 человек от организации, учреждения, в том числе 10 участников (1 мужчина, 1 женщина - 25-29 лет; 1 мужчина, 1 женщина - 30-39 лет; 1 мужчина, 1 женщина - 40-49 лет; 1 мужчина, 1 женщина - 50-59 лет; 1 мужчина, 1 женщина - 60-69 лет), 1 тренер (при наличии) и 1 руководитель (представитель) команды.

5. Программа фестиваля ГТО

Программа Фестиваля ГТО состоит из спортивной программы. Основу спортивной программы составляют виды испытаний (тесты) ступеней комплекса ГТО (приложение № 3 к Положению).

5.1. Программа Фестиваля ГТО на территории муниципального образования «Ахтубинский район»:

08:00 - 08:10 - подготовка оборудования;

08:10 - 08:30 - мандатная комиссия;

08:30 - 08:45 - открытие;

08:45 - 08:50 - начало спортивной части.

5.2. Соревнования Фестиваля ГТО являются лично-командными. Спортивная программа Фестиваля ГТО состоит из тестов, включенных в программу испытаний комплекса ГТО, в соответствии с возрастной ступенью.

№ п/п	Испытания (тесты)	
Женщины		
1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Все возрастные группы
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Возрастная группа от 60 до 69 лет
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Все возрастные группы
4.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м из электронного оружия	Возрастные группы от 25 до 59 лет

5.	Бег на 2 000 м	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Смешанное передвижение на 2 000 м	Возрастная группа от 60 до 69 лет
Мужчины		
1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Все возрастные группы
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине / Рывок гири 16 кг	Возрастные группы от 25 до 59 лет
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Все возрастные группы
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Возрастная группа от 60 до 69 лет
5.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м из электронного оружия	Возрастные группы от 25 до 59 лет
6.	Бег на длинные дистанции 2 000 м	Возрастные группы от 40 до 59 лет
7.	Бег на длинные дистанции 3 000 м	Возрастные группы от 25 до 39 лет
8.	Смешанное передвижение на 2 000 м	Возрастная группа от 60 до 69 лет

Соревнования проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018 - 2021 гг., утвержденным приказом Минспорта России от 19 июня 2017 г. № 542 (утверждены Министром спорта Российской Федерации 1 февраля 2018 г.), а также Методическими рекомендациями по организации на государственной гражданской и муниципальной службе Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и иных мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта, размещенными на официальном сайте Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации www.rosmintrud.ru.

6. Условия подведения итогов

Результаты выполнения испытаний каждым участником фиксируются и вносятся в протокол в соответствии с утвержденными государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения. По итогам прохождения всех испытаний комплекса ГТО, участник представляет в главную судейскую комиссию карточку участника.

Личный зачет по итогам соревнований подводится отдельно среди мужчин и женщин. Победители определяются по наибольшей сумме набранных очков по результатам выполнения 5 видов испытаний для возрастных групп от 25 до 59 лет и по 4 видам испытаний для возрастной группы от 60 до 69 лет. Определение личного и командного места участников мероприятий Фестиваля ГТО осуществляется по 100-балльной системе.

Общекомандный зачет подводится по наибольшей сумме баллов (очков), набранных каждым участником команды.

Соотношение полученных результатов и баллов осуществляется по таблицам оценки результатов в видах испытаний (тестов) комплекса ГТО согласно приложению № 2 к методическим рекомендациям по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 21 сентября 2018 г. № 814.

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

7. Награждение

Участники, занявшие 1, 2 и 3 места в личном зачете в каждой возрастной группе, награждаются медалями и дипломами организаторов Фестиваля ГТО.

Команда, занявшая 1 место в общекомандном зачете Фестиваля ГТО, награждается Переходящим Кубком Фестиваля ГТО (далее - Кубок ГТО), а участники команд медалями и дипломами организаторов Фестиваля ГТО.

Участникам Фестиваля ГТО вручается сувенирная продукция Минспорта России.

8. Условия финансирования

Расходы, связанные с проведением Фестиваля ГТО, осуществляет администрация МО «Ахтубинский район».

9. Обеспечение безопасности участников и зрителей

9.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 06 марта 2015 г. № 202 «Об утверждении требований к антитеррористической защищенности объектов спорта и формы паспорта безопасности объектов спорта», а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

9.2. Спортивно-массовое мероприятие организуется в соответствии с требованиями постановления Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 533 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований».

9.3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 1 марта 2016 г. № 314н «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».

9.4. Обеспечение безопасности при проведении Фестиваля ГТО на территории муниципального образования «Ахтубинский район» возлагается на организаторов в соответствии с Планом мероприятий по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности на объекте спорта при проведении официальных спортивных соревнований.

10. Страхование участников

10.1. В день проведения Фестиваля ГТО участники предоставляют следующие документы:

- оригинал документа, удостоверяющего личность;
- медицинское заключение на каждого участника, выданное врачом медицинского учреждения по месту жительства, на основании приказа России от 01.03.2016 № 134н «О порядке организации медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, занимающихся физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- согласие на обработку персональных данных.

10.2. Все участники должны быть зарегистрированы в АИС ГТО и иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН)

11. Подача заявок на участие

Для участия в Фестивале ГТО необходимо направить предварительную заявку в оригинальном виде по установленной форме (приложения № 4, 5 к Положению) в срок до 1 августа 2020 г.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- заявку по форме согласно приложению № 5 к Положению, заверенную руководителем организации и врачом;
- свидетельство о рождении или паспорт (оригинал) на каждого участника;
- страховой полис (копия) обязательного медицинского страхования на каждого участника.

Верно:

Состав оргкомитета по проведению Фестиваля ГТО

Мещанинова Марина Анатольевна	Заместитель главы администрации - начальник управления образованием администрации МО «Ахтубинский район»
Журавель Виктория Андреевна	Начальник отдела по физической культуре и спорту администрации МО «Ахтубинский район»
Струкова Светлана Алексеевна	Старший инспектор отдела по физической культуре и спорту администрации МО «Ахтубинский район»
Парыгина Ольга Александровна	директор МБУ ДО «АДЮСШ МО «Ахтубинский район»

Состав главной судейской коллегии Фестиваля ГТО

№	ФИО	должность	Вид испытаний
1.	Гурьева О.В.	Тренер-преподаватель по легкой атлетике МБУ ДО «АДЮСШ МО «Ахтубинский район»	Все беговые виды
2.	Бердникова М.А.	Тренер-преподаватель по плаванию МБУ ДО «АДЮСШ МО «Ахтубинский район»	плавание
3.	Кузьмин А.Г.	Тренер-преподаватель по плаванию МБУ ДО «АДЮСШ МО «Ахтубинский район»	Подтягивание из виса, метание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.
4.	Загребельная К.	Юный судья	Поднимание туловища из и.п. лежа на спине, наклон
5.	Гонтарь Д.	Юный судья	Прыжок в длину с места

Техника выполнения испытаний (тесты)

Гибкость

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения (далее - ИП): стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см. Участник выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление ног в коленях.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье участник по команде выполняет два предварительных наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения. При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+».

Ошибки (испытание (тест) не засчитывается):

- сгибание ног в коленях;
- удержание результата пальцами одной руки;
- отсутствие удержания результата в течение 2 с.

Сила

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Подтягивание из виса на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав ИП на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста). Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
- поочередное сгибание рук.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Выполнение сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, может проводиться с применением «контактной платформы», либо без нее.

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

Участник, сгибая руки, касается грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- касание пола коленями, бедрами, тазом;
- нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
- отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
- поочередное разгибание рук;

- отсутствие касания грудью пола (платформы);
- разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.

Скоростные возможности

Челночный бег 3x10 м

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются две параллельные линии - «Старт» и «Финиш».

Участники, не наступая на стартовую линию, принимают положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомеров) участники бегут до линии «Финиш», касаются ее рукой, возвращаются к линии «Старт», касаются ее и преодолевают последний отрезок без касания линии «Финиш» рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека.

Бег 30, 60, 100 м

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 30 м выполняется с высокого старта, бег на 60 и 100 м - с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2 - 4 человека.

Скоростно-силовые возможности

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает ИП: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- отталкивание ногами поочередно.

Поднимание туловища из положения лежа на спине

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения испытания (теста) создаются пары, один из партнеров выполняет испытание (тест), другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки (попытка не засчитывается):

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- пальцы разомкнуты «из замка»;
- смещение таза.

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.	УИН	
4.	Дата рождения	
5.	Адрес места жительства	
6.	Контактный телефон	
7.	Адрес электронной почты	
8.	Основное место работы/учебы	
10.	Перечень выбранных испытаний	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.

Дата:

Подпись

расшифровка

Заявка
на участие в Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников VI-XI возрастных ступеней
(18 лет и старше) муниципального образования
«Ахтубинский район» в 2020 году

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (дд.мм.гг.)	УИН (id) номер в АИС ГТО	Название организации (в соответствии с Уставом)	Виды испытаний	Виза врача допущен, подпись врача, дата, печать напротив каждого участника фестиваля
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО _____ человек.
(прописью)

Врач _____
(подпись) (ФИО)

Руководитель организации _____
МП (подпись, Ф.И.О.)

Ф.И.О. руководителя делегации (полностью)

Контактный телефон, E-mail: