**Положение о Зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди взрослого населения**

**Кировского района г. Санкт-Петербурга**

**1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди взрослого населения в 2017 году проводится по Плану официальных физкультурных мероприятий Центра тестирования ВФСК (ГТО) Кировского района г. Санкт-Петербурга на 2017-2018 учебный год в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса Готов к труду и обороне (ГТО), утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года №1165-р.

Фестиваль направлен на пропаганду Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – комплекс ГТО).

**Целью Фестиваля** является популяризация комплекса ГТО, вовлечение граждан Кировского района г. Санкт-Петербурга в систематические занятия физической культурой и спортом.

**Задачами Фестиваля являются:**

* пропаганда здорового образа жизни;
* повышение уровня физической подготовленности населения;
* создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
* выявление лучших спортсменов с последующим комплектованием из них сборную команду Кировского района по видам испытаний.

**2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

**Дата проведения:** **16 декабря 2017г.**

# Время проведения: с 13.30 до 16:30;

# -мандатная комиссия для номинации «Любители» с 12:40 до 13:10, по месту проведения

# -мандатная комиссия для номинации «Профи» с 13:30 до 14:00, по месту проведения

# 

# Место проведения: ул. Зины Портновой д.21, к.4, лит-А

# (СПбГОБУ ДОД СДЮСШОР Кировского района).

**3. РУКОВОДСТВО ПОДГОТОВКОЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ**

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет СПб ГБУ «ЦФКиС «Нарвская застава» и Центр тестирования ВФСК (ГТО) Кировского района СПб. Непосредственное проведение соревнований возлагается на Главную судейскую коллегию, утвержденную Центром тестирования.

Фестиваль проводится в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренным на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (протокол №1 от 23 июля 2014г. пункт II/I) и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28 мая 2014г. и 27 августа 2014г.

4. УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ

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

На регистрации все участники Фестиваля обязаны предоставить: медицинские справки и личную карточку участника фестиваля с указанием номинации (**Приложение 1**).

**Участники соревнований должны при себе иметь сменную обувь и спортивную форму одежды.**

**Участники соревнований по плаванию обязаны иметь при себе соответствующую форму, принадлежности для душа, сменную обувь, шапочку для плавания.**

***Все участники Фестиваля к выполнению видов испытаний (тестов) допускаются только при наличии медицинского допуска и справки посещения бассейна.***

1. **ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ**

Программа Фестиваля включает в себя спортивную (соревновательную) часть на основе видов испытаний (тестов) VI - XI ступеней комплекса ГТО.Последовательность прохождение испытаний определяется маршрутным листом команды (выдается руководителю команды при прохождении мандатной комиссии).

**Места проведения по видам испытаний (тесты):**

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

- Подтягивание из виса на высокой перекладине;

Спортивный зал: - Тест на гибкость;

- Бег 30 м

- Поднимание туловища из положения лежа;

- Прыжок в длину с места толчком двух ног.

Стадион: - Бег 1000м-женщины

- Бег 1500м-мужчины

Бассейн: - Плавание 50м

.

**Номинация Профи (для подготовленных участников):**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Вид испытания (тест) | **VI ступень**  **18-29 лет** | | **VII**  **ступень**  **30-39 лет** | | **VIII**  **ступень**  **40-49 лет** | | **IX ступень**  **50-59 лет** | | **X**  **ступень**  **60-69 лет** | | **XI ступень**  **70 лет и старше** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| 1. | Бег (мин. с)  Мужчины – 1500 м  Женщины - 1000 м | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 2. | Бег 30 м | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 3. | Поднимание туловища из положения лежа за 3 мин | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 5. | Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу за 3 мин |  | + |  | + |  | + |  | + | + | + | + | + |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |
| 7. | Подтягивания из виса на высокой перекладине за 3 мин | + |  | + |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| 8. | Плавание 50 метров | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |

**Номинация Любители (для менее подготовленных участников):**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Вид испытания (тест) | **VI ступень**  **18-29 лет** | | **VII**  **ступень**  **30-39 лет** | | **VIII**  **ступень**  **40-49 лет** | | | **IX ступень**  **50-59 лет** | | **X**  **ступень**  **60-69 лет** | | **XI ступень**  **70 лет и старше** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| 1. | Бег 30 м | + | + | + | + | | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 3. | Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин | + | + | + | + | | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) | + | + | + | + | + | | + | + | + | + | + | + | + |
| 5. | Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу за 1 мин |  | + |  | + | |  | + |  | + | + | + | + | + |
| 6. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | + | + | + | + | | + | + | + | + |  |  |  |  |
| 7. | Подтягивания из виса на высокой перекладине за 1 мин | + |  | + |  | | + |  | + |  |  |  |  |  |
| 8. | Плавание 50 метров | + | + | + | + | | + | + | + | + | + | + | + | + |

Выполнение всех испытаний (тестов) обязательно для каждого участника.

Каждый участник выполняет испытания в соответствии с требованиями к содержанию испытания.

1. ЗАЯВКИ И ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ

К участию в Фестивале допускаются граждане от 18 до 70 лет и старше, относящиеся к VI-ХI ступеням комплекса ГТО, зарегистрированные в автоматизированной информационной системе «Готов к труду и обороне» (далее – АИС ГТО) на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru/).

Фамилия, имя, отчество, пол, дата рождения, указанные в личном кабинете, должны соответствовать данным в документах, удостоверяющих личность. Регистрация на сайте осуществляется один раз с присвоением УИН-номера. Если УИН-номер уже есть, то повторная регистрация не требуется.

Участники Фестиваля обязаны предоставить: медицинские справки и личную карточку участника фестиваля с указанием номинации (**Приложение 1**).

Телефон для справок: (812)377-58-83

1. **ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ФЕСТИВАЛЯ**

Призеры и победители Фестиваля определяются в личном зачете.

Уровень физической подготовленности участников определяется в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденным приказом Минспорта России от 08 июля 2014г. № 575.

***Личное первенство*** среди участников Фестиваля определяется раздельно для мужчин и женщин по наибольшей сумме баллов, набранных во всех видах программы, согласно возрастным ступеням комплекса ГТО ***по заявленной номинации***.

**Начисление очков:**

Каждому участнику начисляются очки за вид тестирования в соответствии с таблицей по полиатлону.

Итоговые результаты Фестиваля публикуются на сайте Центра тестирования ВФСК (ГТО) Кировского района г.Санкт-Петербурга 26.12.2017 – <http://www.nz-sport.ru> (раздел ГТО).

1. **НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призеры Фестиваля награждаются кубками, медалями и грамотами.

Все участники и руководители команд получают сертификаты участника Фестиваля.

Сводные протоколы тестирования участников Фестиваля загружаются в автоматизированную информационную систему ГТО центром тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта, для присвоения знаков и удостоверений ГТО.

1. **ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Расходы по проведению Фестиваля, а также награждению победителей и призеров, осуществляется за счет средств субсидий Санкт-Петербурга, выделенных Центру физической культуры и спорта «Нарвская застава» на очередной финансовый год.

1. **ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

При проведении официальных физкультурных мероприятий на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных физкультурно – массовых мероприятий, утвержденных постановлением правительства Российской Федерации от 18.04.2014 №353, а также правил соревнований по соответствующим видам спорта.

Каждый участник спортивной (соревновательной) программы должен иметь действующий медицинский допуск. Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 09.08.2010 №613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

Страхование жизни и здоровья участников спортивной (соревновательной) программы возлагается на участников Фестиваля.

***ПРИЛОЖЕНИЕ 1***

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение**

|  |
| --- |
| **Ступень \_\_\_\_\_\_**  **Возраст \_\_\_\_\_\_** |

**«Центр физической культуры и спорта «Нарвская застава»**

**Центр тестирования ВФСК ГТО**

**Пр.Народного Ополчения д.24 стадион «Шторм» (812) 377-58-83**

***ЛИЧНАЯ КАРТОЧКА УЧАСТНИКА ТЕСТИРОВАНИЯ***

***№ (организация)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***НОМИНАЦИЯ (нужное указать): ПРОФИ ЛЮБИТЕЛИ***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Фамилия*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Имя*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Отчество*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

***(ID-номер)****\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Дата рождения*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Кол-во полных лет на момент сдачи тестов*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Контактный телефон*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Испытания (тесты)*** | ***Результат*** | ***Подпись судьи по виду*** |
| *1* | Бег 1500 м (с)-мужчины |  |  |
| Бег 1000 м (с)-женщины |  |  |
|  | Бег на 30 м (с) |  |  |
| *2* | Подтягивание из виса на высокой перекладине (ко-во раз) |  |  |
| *3* | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) |  |  |
| *4* | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |  |  |
| *5* | Плавание на 50 м (мин, с) |  |  |
| *6* | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) |  |  |
| *7* | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за мин) |  |  |

*Главный судья центра тестирования (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)*