

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель Главы Администрации
Рузского городского округа
Московской области



Ю.А. Пеняев
«21» января 2020 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор ГАУ МО
«Центр спортивной подготовки №1»



Д.А. Смирнов
«23» января 2020 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник Управления
по физической культуре, спорту,
молодежной политике
Администрации
Рузского городского округа
Московской области



Ю.Е. Честных
«23» января 2020 года

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Зимнего Фестиваля
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»
Рузского городского округа

Московская область
Рузский городской округ
2020 год

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» Рузского городского округа (далее – Зимний Фестиваль) проводится в соответствии с п.п. 28 и 42 плана мероприятий по поэтапному внедрению комплекса ГТО, утверждённым распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014г. № 1165-р (в ред. от 24.11. 2015г. №2389), утверждённым Постановлением Правительства Московской области от 31.07.2014 г. № 141-ПП «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), календарным планом физкультурно-спортивных мероприятий Рузского городского округа на 2020 год.

1.2 Целью проведения Фестиваля является:

- вовлечение населения Рузского городского округа в систематические занятия физической культурой и спортом;
- повышение 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.

1.3 Задачами Зимнего Фестиваля являются:

- пропаганда и популяризация комплекса ВФСК ГТО, как основного инструмента по привлечению населения, осуществляющего трудовую деятельность, к систематическим занятиям физической культурой и массовым спортом;
- совершенствование форм физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, организуемой работодателями в рамках мероприятий по улучшению условий и охраны труда, снижению уровней профессиональных рисков.

II. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

2.1 Фестиваль проводится 28 февраля 2020 года по адресу: г. Руза, Северный микрорайон, дом 10.

2.2 Регистрация участников: с 11:00 до 12:00.

2.3 Начало мероприятия: 12:00.

2.4 Окончание мероприятия: 15:00.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ

3.1 Общее руководство и функции организатора Зимнего Фестиваля осуществляют Управление по физической культуре, спорту, молодежной политике Администрации Рузского городского округа Московской области (далее – Управление по спорту) и ГАУ МО «Центр спортивной подготовки №1» (далее «ЦСП №1»).

3.2 Непосредственное проведение соревнований Фестиваля осуществляет главная судейская коллегия, состав которой утверждается Управлением по спорту и «ЦСП №1».

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

4.1 К участию в Зимнем Фестивале допускаются жители Рузского городского округа, включая сотрудников организаций и предприятий, в возрастных группах от 18 до 69 лет.

4.2 К участию в Зимнем Фестивале допускаются команды, направившие в установленные сроки соответствующие заявки.

4.3 Зимний Фестиваль формируются из числа штатных работников в возрасте от 18 до 69 лет в следующих возрастных группах:

- 18-29 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).

4.4 К тестированию комплекса ГТО допускаются спортсмены в сменной обуви со светлой подошвой.

4.5 Для выполнения норматива по плаванию при себе необходимо иметь: шапочку для плавания, тапочки, купальник для женщин или плавки для мужчин.

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

5.1 Программа Зимнего Фестиваля:

- спортивную программу составляют виды испытаний (тесты) с VI по X ступени комплекса ГТО. Участники Фестиваля выполняют нормативы комплекса ВФСК ГТО в соответствии со соответствующей ступенью ГТО в личном зачете.

Женщины

	Вид испытания (тесты)
1.	Плавание 25, 50м.
2.	Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи в см)
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
4.	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество раз за 1 мин.)
5.	Подтягивание из виса на низкой перекладине (количество раз)
6.	Прыжки в длину с места
7.	Челночный бег 3x10
8.	Бег на 30 метров

Мужчины

	Вид испытания (тесты)
1.	Рывок гири (16 кг)
2.	Плавание 25, 50м.
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз.)
5.	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество раз за 1 мин.)
6.	Прыжки в длину с места
7.	Челночный бег 3x10
8.	Бег на 30 метров
9.	Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи в см)

VI. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

6.1 Финансовое обеспечение командирования коллективов, а также транспортные расходы участников Зимнего Фестиваля, осуществляется за счёт командирующих организаций и личных средств.

6.2 Обеспечение антитеррористической и общественной безопасности, а также расходы по организации и проведению Зимнего Фестиваля несут Управление по спорту и «ЦСП №1»

VII. ПОДАЧА ЗАЯВОК

7.1 Для участия в Зимнем Фестивале необходимо:

- каждому участнику быть зарегистрированным на сайте www.gto.ru и иметь уникальный идентификационный номер (УИН).
- участники и команды предоставляют заявки на электронную почту sportkom09@mail.ru в срок до **26 февраля 2020 года (Приложение №1)**.

Положение является официальным вызовом на Зимний Фестиваль!

ЗАЯВКА

От _____

на участие в Зимнем Фестивале ВФСК ГТО – 2020 год

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения	УИН участника	Название организации	Виза врача*
1					Допущен, Подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

Допущено к Зимнему Фестивалю комплекса ГТО _____ человек
(прописью)

Врач _____ / _____
(Ф.И.О) (подпись)
(М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации

(Ф.И.О. полностью, подпись)