

УТВЕРЖДАЮ

Председатель

Комитета по физической культуре и спорту

Администрация городского округа город

Уфа

Республики Башкортостан

С.А. Степанов



« » 201__ г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Первого городского фестиваля всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»



Уфа-2014

Handwritten signature in blue ink.

1. Цели и задачи

Первый городской фестиваль является PR-акцией, направленной на пропаганду Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и проводится с целью:

- вовлечения обучающихся образовательных учреждений в занятия физической культурой и спортом;
- популяризация здорового образа жизни среди подрастающего поколения;
- комплексного решения проблем двигательной активности и укрепления здоровья обучающихся.

2. Сроки и место проведения

Фестиваль проводится 7 сентября 2014 года на стадионе «Динамо» (ул. К. Маркса, 2). Открытие фестиваля в 12:15 часов. Начало соревнований в 12:30 часов.

3. Руководство проведением Фестиваля

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляется Комитетом по физической культуре и спорту Администрации городского округа город Уфа РБ и Некоммерческой организацией «Военно-спортивный фонд – Башкортостан», при поддержке Министерства молодежной политики и спорта Республики Башкортостан.

4. Участники Фестиваля и система проведения

К участию в Фестивале на всех этапах допускаются юноши (мужчины) и девушки (женщины) в возрасте от 16 до 29 лет, обучающиеся в общеобразовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования

Соревнования проводятся в двух возрастных группах:

- 1 группа – пятая ступень ГТО – 16-17 лет;
- 2 группа – шестая ступень ГТО – 18-29 лет.

Состав команды 8 человек (5 юношей, 3 девушки). В случае получения травмы одним или более членами команды разрешается произвести замену, но не более 2-ух юношей и 1-ой девушки. Вышедшие на замену члены команды должны пройти все те виды испытаний, которые были пройдены травмированным членом команды.

5. Программа Фестиваля

Мандатная комиссия работает 7 сентября 2014 года с 9:30 часов до 12:00 часов. Открытие Фестиваля в 12:15 часов. Начало соревнований в 12:30 часов. Закрытие Фестиваля в 17:00 часов.

№ п/п	Вид программы	Участники	
		Юноши	Девушки
1	Бег 100 метров	+	+
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине	+	
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		+
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	+	+
5	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	+	+
6	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м	+	+

6. Требования к участникам соревнований и условия допуска.

К участию в Фестивале на всех этапах допускаются юноши (мужчины) и девушки (женщины) в возрасте от 16 до 29 лет, обучающиеся в общеобразовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования.

Для допуска участника к каждому виду программы ему необходимо иметь при себе паспорт или ксерокопию первой страницы паспорта.

Для участия в соревнованиях каждая команда должна предоставить заявку, заверенную врачом.

7. Определение и награждение победителей

Каждый выполненный участником команды норматив, в каждом из видов получает очки (согласно приложению №2):

- золотой значок – 3 очка;
- серебряный значок – 2 очка;
- бронзовый значок – 1 очко.

Победитель в личном первенстве определяется по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы.

При равенстве очков у нескольких спортсменов преимущество получает участник, выигравший больше видов, а при равенстве этих показателей преимущество получает участник, который показал лучший результат в беге на 100 метров.

В командном первенстве победители и призеры определяются по наибольшей сумме очков, набранных всеми членами команды.

При равенстве набранных очков преимущество получает команда, имеющая лучший результат в беге на 100м.

8. Финансовые расходы

Расходы, связанные с организацией и проведением фестиваля несет МАУ «Центр развития спорта в г. Уфа». Расходы, связанные с награждением победителей и призеров несет Комитет по физической культуре и спорту Администрации городского округа город Уфа Республики Башкортостан. Расходы по командированию участников фестиваля за счет командирующих организаций.

9. Обеспечение безопасности.

В целях обеспечения безопасности участников и зрителей, соревнования разрешается проводить на спортивных сооружениях, принятых к эксплуатации государственными комиссиями, при условии наличия актов технического обследования готовности сооружения к проведению мероприятий. За обеспечение безопасности участников ответственность несут главная судейская коллегия и тренеры-представители команд.

10. Страхование участников.

К участию в соревнованиях желающие допускаются только при наличии договора (оригинала) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев.

Участники, не имеющие договора о страховании, к соревнованиям не допускаются.

11. Условия приема заявок

Предварительные заявки в установленной форме (приложение №1) принимаются до 5 сентября не позднее 14:00 часов на электронную почту polinasportufa@mail.ru или по факсу:279-11-86.

7 сентября 2014 года руководитель команды представляет в ГСК:

- оригинал заявки на участие в Фестивале;
- паспорт на каждого участника команды;
- ксерокопию договора о страховании жизни и здоровья на каждого участника.

Данное положение является вызовом на соревнования!

ЗАЯВКА

на участие в Первом республиканском фестивале Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
от команды _____

№ п/п	ФИО (полностью) основных членов команды	Дата рождения	Виза врача
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
	ФИО (полностью) запасных членов команды		
9			
10			
11			

К соревнованиям допущено _____ человек

Врач _____ (_____)

Тренер команды _____

ФИО (полностью)

Руководитель команды _____

ФИО (полностью)

Руководитель органа управления
физической культурой и спортом _____ (_____)

М.П.

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

V. СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 16 до 17 лет)

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
		Бронзовы й знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
1.	Бег на 100 м (с)	14,6	14,3	13,8	18,0	17,6	16,3
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	8	10	13	-	-	-
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	9	10	16
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи- см)	6	8	13	7	9	16
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	200	210	230	160	170	185
6.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25

VI. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 18 до 29 лет)

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

МУЖЧИНЫ

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 100 м (с)	15,1	14,8	13,5	15,0	14,6	13,9
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	9	10	13	9	10	12
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	6	7	13	5	6	10
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	215	230	240	225	230	240
5.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25

ЖЕНЩИНЫ

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 100 м (с)	17,5	17,0	16,5	17,9	17,5	16,8
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	10	12	14	10	12	14

3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	8	11	16	7	9	13
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	180	195	165	175	190
5.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25