

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления  
физической культуры и спорта  
Липецкой области



М.В. Маринин

2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора ГБУ ЛО  
«Центр развития и мониторинга  
физической культуры и спорта»



Д.С. Подхалюзин

2021 г.

## Положение

### о проведении Фестиваля

### Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди трудовых коллективов

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов (далее - Фестиваль) проводится в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1165-р.

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

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди трудовых коллективов;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих взрослое население к занятиям физической культурой и спортом.

Фестиваль проводится в ознаменование 90-летия создания Всесоюзного комплекса ГТО.

## 2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится **19 февраля 2021 года** в МАУ МСОК «Атлант» (Липецкая обл., Липецкий район, д. Копцевы Хутора, ул. Котовского, д.1А). Регистрация участников сборных команд с 9.00 до 9.45.

**25 февраля** состоится подведение итогов Фестиваля.

## 3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля в Липецкой области осуществляется ГБУ ЛО «Центр развития и мониторинга физической культуры и спорта» (Региональный оператор ВФСК ГТО).

Непосредственная организация и проведение Фестиваля возлагается на Регионального оператора ВФСК ГТО и главную судейскую коллегию (далее - ГСК). Составы ГСК и судейских бригад по видам испытаний формируются из числа спортивных судей, имеющих соответствующую судейскую категорию по видам спорта, дисциплины которых являются видами испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Положением о спортивных судьях, утвержденным приказом Минспорта России от 28 февраля 2017 № 134 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.

Ответственный за соблюдение мер по очистке и дезинфекции оборудования, инвентаря и аксессуаров – главный судья соревнований.

## 4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Фестивале допускаются **не более 25 команд**, направивших свои заявки в установленные сроки и соответствующие установленным требованиям.

Команды формируются из числа штатных работников предприятий (организаций, учреждений). Состав команды состоит из 4 человек от предприятия (организаций, учреждений) в возрасте от 25 до 59 лет при наличии допуска врача, заявки от предприятия, в следующих возрастных группах:

- шестая ступень комплекса ГТО (1 мужчина или 1 женщина - 25-29 лет);
- седьмая ступень комплекса ГТО (1 мужчина или 1 женщина - 30-39 лет);
- восьмая ступень комплекса ГТО (1 мужчина или 1 женщина - 40-49);
- девятая ступень комплекса ГТО (1 мужчина или 1 женщина- 50-59 лет).

В соревнованиях принимают участие только штатные работники предприятия. Подтверждающим документом может быть выписка из трудовой книжки работника или справка, заверенная кадровой службой предприятия

(организации, учреждения) с печатью и подписью руководителя кадровой службы.

Состав команды: по одному человеку в каждой возрастной ступени независимо от пола мужчина или женщина и 1 сопровождающий от каждой команды.

Для участия в Фестивале все участники должны быть без знака отличия ВФСК ГТО и зарегистрированы на Всероссийском «Интернет» - портале комплекса ГТО в информационно - коммуникационной сети «Интернет» по адресу [www.gto.ru](http://www.gto.ru), иметь уникальный идентификационный номер (УИН).

Все участники команд Фестиваля обязаны использовать защитные маски в соответствии с санитарно-эпидемиологической обстановкой.

Возраст участников Фестиваля в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на 01 мая 2020 года.

К участию в Фестивале не допускаются:

- лица, не указанные в предварительной заявке за исключением случаев внесения в заявку изменений, заранее согласованных с Региональным оператором ВФСК ГТО.

## 5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Соревнования Фестиваля являются лично - командными.

Спортивная программа Фестиваля состоит из тестов VI-IX ступеней комплекса ГТО и формируется в соответствии с методическими рекомендациями по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 21.09.2018 № 814.

### Спортивная программа фестиваля по видам испытаний

№ п/п	Вид испытания	VI (возрастная группа от 25 до 29 лет)	VII (возрастная группа от 30 до 34 лет и от 35 до 39 лет)	VIII (возрастная группа от 40 до 44 лет и от 45 до 49 лет)	IX (возрастная группа от 50 до 54 лет и от 55 до 59 лет)
1.	прыжок в длину с места толчком двумя ногами	ж/м	ж/м	ж/м	
2.	подтягивание из виса на высокой перекладине (к-во раз)	м	м	м	м

3.	сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (к-во раз)	ж	ж	ж	ж
4.	наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	ж/м	ж/м	ж/м	ж/м
5.	поднимание туловища из положения лежа на спине	ж/м	ж/м	ж/м	ж/м
6.	стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м (очки): из «электронного оружия»	ж/м	ж/м	ж/м	ж/м
7.	плавание на 50 м (мин,с)	ж/м	ж/м	ж/м	ж/м

м/ж - мужчины/женщины

Организаторы Фестиваля имеют право вносить изменения в программу.

Во время выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО в рамках программы Фестиваля участник не может пользоваться помощью лиц, находящихся непосредственно в местах проведения испытаний.

По итогам соревновательных испытаний, включенных в комплекс ГТО, подводится официальный зачет их выполнения с последующим внесением результатов в электронную базу АИС ГТО.

Порядок выполнения испытаний программы Фестиваля:

#### **1. 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 исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками.

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

Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

Участник имеет право:

- при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;

- использовать все время (1 минуту), отведенное на подготовку и

выполнение прыжка.

## **2. Подтягивание из виса на высокой перекладине**

Упражнение выполняется в спортивном зале.

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды (до команды судьи «Есть!» или произнесения счета числа засчитанных попыток).

Испытание выполняется на большее количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

## **3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (к-во раз)**

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи вслух или с использованием специальных приспособлений (электронных контактных платформ).

## **4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье**

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

## **5. Поднимание туловища из положения лежа на спине**

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.

## **6. Плавание на 50 м (мин, с)**

Испытание проводится в бассейнах или специально оборудованных местах на водоемах. Способ плавания – произвольный.

## **7. Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция**

### **10м (очки): из «электронного оружия»**

Выполняется участниками на дистанции 10 метров по мишени №8. Участнику дается три пробных и пять зачетных выстрелов. Время выполнения испытания – 10 минут. Время на подготовку – 3 минуты.

## **6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Результаты выполнения испытаний каждым участником фиксируются спортивными судьями на виде и вносятся в протокол в соответствии с утвержденными государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения, а также загружаются в подсистему «Фестиваль».

По итогам выполнения видов испытаний всеми членами команды ведется личный и командный зачет. Личный зачет по итогам соревнований подводится отдельно среди мужчин и женщин. Победители определяются по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Фестиваля. Очки определяются согласно 100 - очковой таблице, приложение № 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 21.09.2018 № 814.

При равенстве суммы очков у двух или более участников, преимущество получает участник, показавший лучший результат в сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу (женщины) или в подтягивании из виса на высокой перекладине (мужчины).

Общеконандный зачет подводится по наибольшей сумме очков, набранных каждым участником команды в личном зачете.

## **7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники, занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мужчин и женщин в программе Фестиваля в каждой возрастной группе, а также команды, занявшие 1-3 места в командном первенстве, награждаются по решению организаторов соревнований дипломами, медалями и кубками.

## **8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы по проведению Фестиваля несет ГБУ ЛО «Центр развития и мониторинга физической культуры и спорта» за счет средств бюджета Липецкой области в рамках выполнения государственного задания.

Расходы по командированию участников Фестиваля (проезд до места проведения и обратно, питание, страхование участников) обеспечивают командирующие организации.

Страхование участников Фестиваля осуществляется за счет средств командирующих организаций или внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации.

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 9.08.2010 № 613Н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

## **10. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ**

Страхование участников соревнований производится за счёт средств командирующей организации в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

## **11. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Для участия в Фестивале необходимо направить предварительную заявку в электронном виде по установленной форме (Приложение 1) Региональному оператору на адрес электронной почты [GTO-48@yandex.ru](mailto:GTO-48@yandex.ru) с пометкой «Фестиваль ГТО среди трудовых коллективов». Для получения справочной информации: телефон 8 (4742) 34-23-68.

**Срок предоставления заявки до 10 февраля 2021 года.** Заявки, направленные после указанного срока, рассматриваться не будут.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- заявку по форме согласно приложению № 1 заверенную руководителем ведомства, в который входят члены сборной команды, врачебно - физкультурным диспансером (**медицинский допуск действителен не более 10 Дней**);

- паспорт (оригинал) на каждого участника;  
- страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;

- оригинал договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев на каждого участника команды или на команду в целом с указанием Ф.И.О. всех участников.

## **12. МЕРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ РАСПРОСТРАНЕНИЯ COVID-19 ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ ФЕСТИВАЛЕЙ**

- Фестиваль проводится без привлечения зрителей.
- Перед началом Фестиваля секретарь проводит инструктаж по правилам соблюдения гигиенических норм.
- Среди участников и персонала, входящих на объект организована термометрия с использованием бесконтактных термометров.
- Обеспечены условия для гигиенической обработки рук с применением кожных антисептиков на объектах спорта или в местах проведения Мероприятия.
- Участники, обслуживающий персонал обязаны использовать средства индивидуальной защиты, за исключением периода соревновательной деятельности (для спортсменов и спортивных судей).
- Исключено проведение церемонии открытия и закрытия Мероприятия, личное участие спортсменов, тренеров и судей в пресс-конференциях, интервью, встречах со СМИ, иных активностях с массовым пребыванием людей.
- Награждение проводится без тактильных контактов с соблюдением социальной дистанции.
- Запрещена продажа продуктов питания и воды, за исключением произведенных и упакованных в заводских условиях.



Приложение №1  
к Положению о Фестивале  
среди трудовых коллективов  
Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

ЗАЯВКА  
на участие в программе фестиваля Всероссийского  
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов

\_\_\_\_\_  
(Наименование предприятия, учреждения)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	Степень	ИД номер в АИС ГТО (при наличии)	Название организации (в соответствии с Уставом)	Виза врача
1.						допущен. подпись врача. дата. печать напротив каждого участника соревнований
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						

**\*Предварительную заявку необходимо составлять с учётом запасных участников. без визы врача.**

Допущено к Фестивалю ГТО по ведомственной принадлежности среди трудовых коллективов \_\_\_\_\_ человек.

Главный врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ (прописью)  
(ФИО) (подпись)  
ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации \_\_\_\_\_  
(подпись. Ф.И.О. полностью)

Руководитель организации \_\_\_\_\_  
МП (подпись. Ф.И.О.)

ФИО (полностью) \_\_\_\_\_

Контактный телефон, e-mail: \_\_\_\_\_