|  |
| --- |
| **«УТВЕРЖДАЮ»****Директор СПб ГБУ «ЦФКиС****«Нарвская застава»****\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.В. Евсеев** **«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г.**г. |

**Положение**

**О проведении III Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди взрослого населения Кировского района.**

**1. ОБЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ**

Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди взрослого населения в 2019 году проводится по Плану официальных физкультурных мероприятий Центра тестирования ВФСК (ГТО) Кировского района г. Санкт-Петербурга на 2019 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.

**2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

**19 января 2019 года 9.00-15.00 по адресу:**

 СШОР Кировского района по адресу: ул.З.Портновой 21/4 лит.А

(центральный вход)

#

**3. РУКОВОДСТВО ПОДГОТОВКОЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ ФЕСТИВАЛЯ**

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.

Непосредственное проведение Фестиваля осуществляет главная судейская коллегия (далее – ГСК).

**Главный судья** Фестиваля – Чижов А.А (специалист отдела Центра тестирования ВФСК ГТО Кировского района Санкт-Петербурга)

**Главный секретарь** Фестиваля – Ланцетов В.А.(Специалист ИТР отдела ГТО).

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, что соответствует VI-XI ступени.

5. ЗАЯВКА И ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ

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

**Единый медицинский допуск может быть оформлен на всех участников фестиваля, если спортсмены выступают от одной организации.**

**Личная карточка участника Фестиваля ВФСК ГТО выдается на регистрации (cм.приложение №1)**

**Все участники Фестиваля должны иметь при себе спортивную форму и обувь.**

**Прокат осуществляться не будет.**

Участники Фестиваля должны быть зарегистрированными во всероссийской системе АИС ГТО на сайте www.gto.ru (сайт ВФСК «ГТО») – иметь персональный унифицированный номер (УИН**). Если УИН-номер уже есть, то повторная регистрация не требуется.**

Телефон для справок: (812)377-58-83

**6. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ**

Программа Фестиваля включает в себя спортивную (соревновательную) часть на основе видов испытаний (тестов) для VI – XI ступеней комплекса ГТО.

|  |  |
| --- | --- |
|  **Место проведения** | **Вид испытаний** |
| ***Стадион СШОР*** | Лыжи |
| ***Бассейн***  | Плавание 50 метров |
| ***Л/а манеж*** | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)  |
| Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)  |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье |
| Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин. |

 **7. РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ**

**Регистрация на участие в Фестивале по месту проведения:**

**ЖЕНЩИНЫ-** с 09.20 до 09.50

**МУЖЧИНЫ** **-** с 10:20 до 10:50

**ЗАЛЬНЫЕ ВИДЫ – л/а манеж СШОР**

**Время проведения:**

Женщины: 10.00 - 10:50

 Мужчины:11.00-11.50

**БЕГ НА ЛЫЖАХ – стадион СШОР**

**Время проведения:**

Женщины: 11.00 - 11:50

Мужчины:12.00-12.50

**ПЛАВАНИЕ**:

**Время проведения:**

 Женщины: 12.15 - 12:50

Мужчины:13.15-13.50

 ***Программа Фестиваля для участников VI-XI ступени***

**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. | Плавание 50м (мин. с) | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 2. | Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 4. | Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) |  | + |  | + |  | + |  | + | + | + | + | + |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | + |  | + |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| 6. | Бег на лыжах (мин.с)Мужчины – 2000 мЖенщины - 2000 м | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |

**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. | Плавание 50м (мин. с) | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 2. | Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 4. | Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) |  | + |  | + |  | + |  | + | + | + | + | + |
| 5. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)  | + |  | + |  | + |  | + |  |  |  |  |  |
| 6. | Бег на лыжах (мин.с)Мужчины – 2000 мЖенщины - 1000 м | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |

**8. 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 сумме занятых мест, набранных во всех видах программы, согласно возрастным ступеням комплекса ГТО ***в заявленной номинации***. В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает спортсмен, показавший лучший результат в лыжных гонках, при равенстве этого показателя - по результату в плавании.

**9. 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.

**10. 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.

**11.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 ФЕСТИВАЛЯ ВФСК ГТО***

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

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

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

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

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

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

 ***Адрес проживания*** *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Испытания (тесты)*** | ***Результат*** | ***Подпись судьи по виду*** |
| *1.* | Бег на лыжах 2000 м -мужчины |  |  |
| Бег на лыжах 2000/1000 м -женщины |  |  |
| *2.* | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) |  |  |
| *3.* | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) |  |  |
| *4.* | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) |  |  |
| *5.* | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за мин) |  |  |

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