|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДАЮ:  Руководитель администрации  Никольского муниципального района  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Н.Баданина |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

О Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) «Вологодская область – душа русского севера!» среди учащихся, трудящихся и ветеранов

**1. Цели и задачи:**

- вовлечение учащихся, трудящихся и ветеранов в систематические занятия физической культурой и спортом;

- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО);

- повышение уровня физической подготовленности учащихся, трудящихся и ветеранов;

- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;

- внесение результатов в личные кабинеты участников с дальнейшим присвоением знаков отличия.

**2. Руководство проведением соревнований.**

Общее руководство проведением соревнований осуществляет Отдел по ФК, спорту и РМП администрации Никольского муниципального района. Непосредственное проведение соревнований возлагается на МБУ «Никольский ФОК», главную судейскую коллегию.

**3. Сроки проведения.**

Соревнования проводятся 21 октября 2018 года в г. Никольске в МБУ «Никольский ФОК» с 10.00. часов.

**4. Участники соревнований.**

К участию в соревнованиях допускаются все желающие учащиеся, трудящиеся и ветераны города и района, относящиеся к I-XI ступеням комплекса ГТО.

К участию в Фестивале допускаются участники основной медицинской группы, зарегистрированные на сайте gto.ru и имеющие уникальный идентификационный номер в АИС.

**5. Программа соревнований:**

**I ступень (6-8 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мальчики*** | ***Девочки*** |
| Челночный бег 3х10 м. | Челночный бег 3х10 м. |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание мяча в цель | Метание мяча в цель |

**II ступень (9-10 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мальчики*** | ***Девочки*** |
| Челночный бег 3х10 м. | Челночный бег 3х10 м. |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание мяча 150 гр. | Метание мяча 150 гр. |

**III ступень (11-12 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мальчики*** | ***Девочки*** |
| Челночный бег 3х10 м. | Челночный бег 3х10 м. |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание мяча 150 гр. | Метание мяча 150 гр. |

**IV ступень (13-15 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мальчики*** | ***Девочки*** |
| Челночный бег 3х10 м. | Челночный бег 3х10 м. |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание мяча 150 гр. | Метание мяча 150 гр. |

**V ступень (16-17 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мальчики*** | ***Девочки*** |
| Челночный бег 3х10 м. | Челночный бег 3х10 м. |
| Подтягивание на высокой перекладине  или отжимание  или рывок гири 16 кг. | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание гранаты 700 гр. | Метание гранаты 500 гр. |

**6 ступень (18-29 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Челночный бег 3х10 м. | Челночный бег 3х10 м. |
| Подтягивание на высокой перекладине  или отжимание  или рывок гири 16 кг. | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание гранаты 700 гр. | Метание гранаты 500 гр. |

**7 ступень (30-39 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание  или рывок гири 16 кг. | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |
| Метание гранаты 700 гр. | Метание гранаты 500 гр. |

**8 ступень (40-49 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание  или рывок гири 16 кг. | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |

**9 ступень (50-59 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание на высокой перекладине  или подтягивание на низкой перекладине  или отжимание  или рывок гири 16 кг. | Подтягивание на низкой перекладине  или отжимание |
| Наклон | Наклон |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |

**10 ступень (60-69 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью | Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью |
| Наклон | Наклон |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |

**11 ступень (70 лет и старше)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула | Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула |
| Наклон | Наклон |
| Поднимание туловища | Поднимание туловища |

**8. Финансирование**

Расходы, связанные с организацией и проведением сдачи норм ГТО (оплата судейства, обслуживающего персонала) за счет сметы МБУ «Никольский ФОК».

**9. Безопасность участников и зрителей**

Соревнования проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Вологодской области и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности объектов спорта к проведению спортивных соревнований, утвержденных в установленном порядке.

Обязательным условием проведением соревнований является наличие в местах проведения соревнований квалифицированного медицинского персонала.

**10. Страхование участников**

Участие в соревнованиях осуществляется при наличии договора (оригинала) о страховании: несчастного случая, жизни и здоровья. Страхование участников соревнований производится за счет командирующих организаций.

**11. Предотвращение противоправного влияния на результаты соревнований**

Запрещается противоправное влияние на результаты соревнований.

Запрещается участие в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на соревнования:

для спортсменов - на официальные спортивные соревнования по виду или видам спорта, по которым они участвуют в соответствующих официальных спортивных соревнованиях,

для спортивных судей - на официальные спортивные соревнования по виду или видам спорта, по которым они обеспечивают соблюдение правил вида или видов спорта и положений (регламентов) о соответствующих официальных спортивных соревнованиях,

для тренеров - на официальные спортивные соревнования по виду или видам спорта, по которым они проводят тренировочные мероприятия и осуществляют руководство состязательной деятельностью спортсменов, участвующих в соответствующих официальных спортивных соревнованиях,

для руководителей спортивных команд - на официальные спортивные соревнования по виду или видам спорта, по которым руководимые ими спортивные команды участвуют в соответствующих официальных спортивных соревнованиях,

для других участников официальных спортивных соревнований - на официальные спортивные соревнования по виду или видам спорта, по которым они участвуют в соответствующих официальных спортивных соревнованиях.

**12. Порядок и сроки подачи заявок**

Предварительные заявки на участие в Фестивале ГТО подаются в МБУ «Никольский ФОК» до 17 октября 2018 года по тел. 2-15-14 или на эл почту [gtonik35@mail.ru](mailto:gtonik35@mail.ru)

Именные заявки (заверенные врачом) подаются главному судье в день соревнований.