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

**ПОЛОЖЕНИЕ**

о Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди государственных и муниципальных служащих Никольского района, а также сотрудников муниципальных учреждений и предприятий «Одна страна – одна команда»

**1. Цели и задачи:**

- вовлечение трудящихся в систематические занятия физической культурой и спортом;

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

- повышение уровня физической подготовленности трудящихся;

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

**2. Руководство проведением соревнований.**

Общее руководство проведением Фестиваля 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.**

Фестиваль проводится 24 сентября 2019 года в г. Никольске в МБУ «Никольский ФОК» с 10.00. часов.

**4. Участники соревнований.**

 К участию в соревнованиях допускаются все желающие трудящиеся города и района, относящиеся к VI-X 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 фестиваля:**

**6 ступень (18-29 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание из виса на высокой перекладине | Подтягивание из виса на низкой перекладине |
| Челночный бег 3х10м | Челночный бег 3х10м |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Метание гранаты 700гр | Метание гранаты 500гр |
| Бег 30м | Бег 30м |

**7 ступень (30-39 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание из виса на высокой перекладине | Подтягивание из виса на низкой перекладине |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) |
| Прыжок в длину с места | Прыжок в длину с места |
| Метание гранаты 700гр | Метание гранаты 500гр |
| Бег 30м | Бег 30м |

**8 ступень (40-49 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса на низкой перекладине | Подтягивание из виса на низкой перекладине |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) |
| Бег 30м | Бег 30м |

**9 ступень (50-59 лет)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мужчины** | **Женщины** |
| Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса на низкой перекладине | Подтягивание из виса на низкой перекладине |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) |
| Скандинавская ходьба на 3км | Скандинавская ходьба на 3км |

**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 |
| Скандинавская ходьба на 3км | Скандинавская ходьба на 3км |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) | Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.) |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье |

**8. Условия подведения итогов.**

Все участники фестиваля получают сертификаты участника, а сданные нормативы заносятся в систему ЭБД ГТО.

**9. Финансирование**

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

**10. 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.

**11. 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.

**12. 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.

**13. Порядок и сроки подачи заявок**

Предварительные заявки на участие в Фестивале ГТО подаются в МБУ «Никольский ФОК» до 20 сентября 2019 года по тел. 2-15-14 или на эл почту gtonik35@mail.ru

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