


УТВЕРЖДАЮ:
Исполняющий обязанности
начальника управления по
физической культуре и спорту
администрации
муниципального образования
город Краснодар


А.В.Терещенко
«08» сентября 2019 г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор муниципального
бюджетного учреждения «Центр
физкультурно-массовой работы»
муниципального образования
город Краснодар


Р.А.Хубулов
«08» сентября 2019 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
**о проведении фестиваля Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**
среди работников медицинских учреждений
муниципального образования город Краснодар

1. Цель и задачи проведения

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди работников медицинских учреждений муниципального образования город Краснодар (далее — Фестиваль) проводится в соответствии с п. 13 комплекса мер по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Краснодарском крае, утвержденного распоряжением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 22.03.2016 г. №92-р «О поэтапном внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Краснодарском крае».

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

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО) среди взрослого населения муниципального образования город Краснодар;
- повышение уровня физической подготовленности жителей города Краснодар;
- пропаганда здорового образа жизни;
- совершенствование форм организации физкультурно-спортивной массовой работы в трудовых коллективах.

2. Организаторы физкультурного мероприятия

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет Управление по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар.

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на муниципальное бюджетное учреждение «Центр физкультурно-массовой работы» муниципального образования город Краснодар.

Состав главной судейской коллегии (далее – ГСК) и судейских бригад формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

3. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится в муниципальном образовании город Краснодар в период с 16 октября по 16 ноября 2019 года.

4. Участники

К участию в Фестивале допускаются сотрудники медицинских учреждений, подведомственных министерству здравоохранения Краснодарского края, в возрасте от 18 лет, относящиеся к VI-XI ступеням комплекса ГТО, при наличии допуска врача и прошедшие регистрацию на сайте gto.ru.

5. Программа Мероприятия

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 12 февраля 2019 года № 90 (далее – государственные требования).

Программа Фестиваля для участников в возрасте 18-29 лет (VI ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 30 м (с) – мужчины; женщины.
	или бег на 60 м (с) – мужчины; женщины.
	или бег на 100 м (с) – мужчины; женщины.
2.	Бег на 3 км (мин, с) – мужчины, бег на 2 км (мин, с) – женщины.
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины.
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины.
	или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины.
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины.
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) -мужчины; женщины.
7.	Челночный бег 3x10 м (с) – мужчины; женщины.
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) – мужчины; женщины.
	или прыжок в длину с разбега(см) – мужчины; женщины.
9.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины.
10.	Плавание на 50 м (мин, с) – мужчины; женщины.
11.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.

12.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины.
13.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
14.	Самозащита без оружия (очки) – мужчины; женщины.
15.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 30-39 лет (VII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 30 м (с) – мужчины; женщины. или бег на 60 м (с) – мужчины; женщины.
2.	Бег на 3 км (мин, с) – мужчины, бег на 2 км (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины. или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины. или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – мужчины.
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – мужчины; женщины.
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) – мужчины; женщины.
8.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
9.	Плавание на 50 м (мин, с) – мужчины; женщины.
10.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
11.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины.
12.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
13.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 40-49 лет (VIII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 30 м (с) – мужчины; женщины. или бег на 60 м (с) – мужчины; женщины.
2.	Бег на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины.
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины. или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины. или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – мужчины.
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – мужчины; женщины.
7.	Плавание на 50 м (мин, с)
8.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины Кросс на 2 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
9.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
10.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 50-59 лет (IX ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины.
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины.
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины.
	или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины.
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – мужчины.
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины.
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – мужчины; женщины.
5.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины
	Кросс на 2 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
6.	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) – мужчины; женщины.
7.	Плавание на 50 м (мин, с) – мужчины; женщины.
8.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
9.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 60-69 лет (X ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Смешанное передвижение на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины.
	или скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) – мужчины; женщины.
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз) – мужчины; женщины.
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз) – мужчины; женщины.
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье – мужчины; женщины.
5.	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с) – женщины.
	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с) – мужчины.
6.	Плавание на 25 м (мин, с) – мужчины; женщины.

Тестирование по видам испытаний (тестам) проводится в каждой ступени отдельно.

Тестирование проводится в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России от 1 февраля 2018 года.

В беге и плавании действует правило «двух фальстартов».

При проведении Фестиваля рекомендуется придерживаться следующего порядка:

Первый день:

1. Стрельба из пневматической винтовки;
2. Бег на скорость;
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине;

4. Силовая гимнастика – подтягивание на высокой перекладине, сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу;

5. Плавание на 25 м, 50 м.

Второй день:

1. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;

2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;

3. Метание спортивного снаряда;

4. Бег на выносливость.

Проведение соревнований Фестиваля осуществляется в течение 2-х и более дней.

6. Награждение

Участники, выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

7. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях муниципального образования город Краснодар, отвечающих требованиям соответствующих нормативно - правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности сооружения, к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

Ответственные исполнители - руководитель спортивного сооружения, главный судья соревнований.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 г. № 134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

8. Финансовые условия

Расходы МБУ «ЦФМР» город Краснодар осуществляются за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнения муниципального задания, оказание муниципальных услуг (выполнение работ) на медицинскую помощь.

9. Заявки на участие

К участию в Фестивале допускаются участники при наличии уникального идентификационного номера участника, паспорта, допуска врача, индивидуальной заявки, заявки от организации (Приложение № 1, №2).

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ
ПРИГЛАШЕНИЕМ НА ФЕСТИВАЛЬ!**

Приложение № 1

к положению о проведении фестиваля
Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к
труду и обороне» (ГТО) среди
работников медицинских учреждений
муниципального образования
город Краснодар

ЗАЯВКА

**на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

№	Наименование	Информация
1.	Фамилия, Имя, Отчество	
2.	Пол	
3.	ID номер	
4.	Дата рождения	
5.	Документ, удостоверяющий личность (паспорт)/свидетельство о рождении	
6.	Адрес места жительства	
7.	Контактный телефон	
8.	Адрес электронной почты	
9.	Основное место работы/учебы	
10.	Спортивный разряд / звание с указанием вида спорта	

*Подписывайся на наш аккаунт в Инстаграме **gto_krd**, страницу Фейсбуке **@ufkskrd** и группу Вконтакте «**Центр тестирования ГТО Краснодар**». Найди себя на фото с мероприятий и получи подробную информацию о комплексе ГТО на сайте **гтокраснодар.рф**.*

Дата: _____

Подпись _____

/ _____ /

расшифровка

Приложение № 2

к положению о проведении
фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и
обороне» (ГТО) среди работников
медицинских учреждений
муниципального образования
город Краснодар

ЗАЯВКА (коллективная)

на участие в комплексном физкультурно-спортивном мероприятии
«Тестирование по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне (ГТО)»

(наименование организации)

(ступень, возрастная категория)

№	Ф.И.О.	Дата рождения	УИН участника	Перечень видов испытаний (тестов)				Допуск врача
1.								
2.								
3.								
4.								

Всего в заявке допущено _____ человек

Представитель учреждения (организации) _____ / _____ / Врач _____ / _____

Директор (руководитель) _____ Ф.И.О. _____ дата _____