

УТВЕРЖДАЮ

Губернатор Амурской
области



А.А.Козлов

2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Министр по физической
культуре и спорту
Амурской области



Ю.В.Кретов

2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ГАУ
АО «ОЦРС»



М.М.Лапин

2016 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду обороне» (ГТО) среди государственных и муниципальных служащих Амурской области

І. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди государственных и муниципальных служащих Амурской области (далее - Фестиваль) проводится в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее - комплекс ГТО), утверждённым Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р.

Целью проведения Фестиваля является вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом, повышение уровня физической подготовленности.

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди старшего поколения;
- повышение уровня физической подготовленности служащих;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение работающих, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО и активно участвующих в деятельности по продвижению комплекса ГТО среди сверстников.

ІІ. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ

Фестиваль проводится в два этапа:

І этап (муниципальный) – май 2016 года по 20 июля 2016 года проводится в муниципальных образованиях;

ІІ этап (региональный) – 12 августа 2016 года проводится в г.Благовещенск, спорткомплекс «Амур», ул. Ленина, 160.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ

Организация и проведение I этапа Фестиваля возлагается на органы местного самоуправления, осуществляющие управление в сфере физической культуры и спорта, органы местного самоуправления, муниципальные Центры тестирования, муниципальные общественные спортивные организации.

Для проведения I этапа Фестиваля создаются муниципальные организационные комитеты, которые утверждают составы главных судейских коллегий (далее - ГСК).

Составы ГСК и судейских коллегий по видам спорта формируются из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, дисциплины и упражнения которых входят в комплекс ГТО, в соответствии с Методическими рекомендациями по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», утвержденными приказом Минспорта России от 01.02.2016 № 70.

Методическое обеспечение I этапа Фестиваля возлагается на муниципальные Центры тестирования ГТО и специалистов органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта.

Общее руководство организацией и проведением II этапа Фестиваля осуществляет министерство по физической культуре и спорту Амурской области (далее - Минспорт АО).

Организация и проведение II этапа Фестиваля возлагается на регионального оператора ВФСК ГТО – Государственное автономное учреждение Амурской области «Областной центр развития спорта» (далее – ГАУ АО «ОЦРС»).

Непосредственное проведение II этапа Фестиваля возлагается на Оргкомитет по проведению Фестиваля, главную судейскую коллегию (далее - ГСК).

Состав ГСК формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

Организационное и методическое обеспечение осуществляет Минспорт АО, ГАУ АО «ОЦРС».

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

I этап Фестиваля проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 08.07.2014 № 575 с учетом изменений согласно приказу Минспорта России от 16.11.2015 № 1045 (далее - государственные требования).

К участию в Фестивале на I и II этапах допускаются государственные и муниципальные служащие Амурской области, органов исполнительной власти Амурской области, аппарата губернатора Амурской области и Правительства Амурской области в возрасте 25 – 69 лет, относящиеся к VI - X ступеням комплекса ГТО по возрастным ступеням:

- VI – мужчины и женщины – 25 – 29 лет;
- VII – мужчины и женщины – 30 – 39 лет;

- VIII – мужчины и женщины – 40 – 49 лет;
- IX – мужчины и женщины – 50 – 59 лет;
- X – мужчины и женщины – 60 – 69 лет.

Составы команд на первом этапе рекомендуется формировать из всех желающих. Возраст участников соревнований в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату завершения соревнований регионального этапа Фестиваля ГТО.

К участию во II этапе Фестиваля допускаются победители и призеры I этапа Фестиваля в личном зачете в своих возрастных ступенях, относящихся к VI – X ступеням комплекса ГТО (например: VI – 1 мужчина, 1 женщина; VII – 1 мужчина, 1 женщина и т.д.), не более 10 участников, зарегистрированных и имеющих уникальный идентификационный номер в АИС ГТО (регистрация на сайте www.gto.ru), а так же сборные команды органов исполнительной власти Амурской области, аппарата губернатора Амурской области и Правительства Амурской области.

К участию во II этапе Фестиваля участники **допускаются** при предоставлении следующих документов:

- сводных протоколов с результатами тестирования, проведенного в ходе муниципальных фестивалей (сканированные копии сводных протоколов установленной формы с печатями и подписями муниципальной комиссии);
- краткого отчёта о проведении I этапа Фестиваля, составленного в произвольной форме с указанием количества участников, в том числе по ступеням, участвовавших в I этапе Фестиваля, программы мероприятий, количества судей, их категории, месте и дате проведения мероприятий;
- именной медицинской заявки основной медицинской группы (I группы здоровья) при наличии допуска врача.

Документы (в электронном варианте) направляются до **29 июля 2016 года** в адрес регионального оператора ВФСК ГТО (ГАУ АО «ОЦРС», отв. Малинина Светлана Вячеславовна, gtoblag@mail.ru; тел: 8(4162)772-032).

К участию во II этапе Фестиваля **не допускаются**:

- служащие, не участвовавшие в I этапе Фестиваля, кроме участников от органов исполнительной власти Амурской области, аппарата губернатора Амурской области и Правительства Амурской области;
- служащие, не указанные в предварительной заявке (за исключением случаев внесения в заявку изменений, заранее согласованных с Минспортом АО);
- муниципальные образования, органы исполнительной власти Амурской области, аппарат губернатора Амурской области и Правительства Амурской области, представившие заявку на участие позднее, чем за 7 дней до начала проведения Фестиваля или позже срока, установленного проводящей организацией;
- участники, не соответствующие требованиям Положения в части условий допуска участников (не участвовавшие в муниципальном этапе, не представившие протоколы муниципального этапа и т.д.).

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Программа Фестиваля состоит из спортивной программы.

Спортивная программа Фестиваля состоит из тестов VI – X ступеней комплекса ГТО.

12 августа 2016 года

№	Программа	Время проведения
1	Приезд команд по адресу: г.Благовещенск, ул.Ленина, 160 спорткомплекс «Амур»	до 10.00
2	Комиссия по допуску участников, регистрация сборных команд	09.00 – 10.30
3	Собрание представителей сборных команд и главной судейской коллегии	10.30 – 10.45
4	Парад открытия летнего Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	11.00 – 11.20
5	Тестирование участников Фестиваля:	11.25 – 14.00
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	
	Стрельба из пневматической винтовки	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин.)	
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	
	Рывок гири 16 кг (количество раз за 4 мин.)	
	Бег 2000 м	
	Бег 3000 м	
6	Обед	14.00 – 15.00
7	Парад закрытия, подведение итогов, награждение	17.00

Участие в спортивной программе обязательно для всех членов сборных команд.

В ходе подготовки и проведения соревнований возможны изменения.

№	Вид испытания (тест)	мужчины	женщины
1	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	VI – X ступени	VI – X ступени
2	Стрельба из пневматической винтовки	VI – X ступени	VI – X ступени
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	VIII – X ступени	VI – X ступени
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	VIII – X ступени	VI – X ступени
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	VI – VII ступени	VI – VII ступени
6	Рывок гири 16 кг (количество раз за 4 мин.)	VI – IX ступени	
7	Бег 2000 м	VIII – IX ступени	VI – IX ступени
8	Бег 3000 м	VI – VII ступени	

На муниципальном этапе Фестиваля ГТО в программу включаются испытания в соответствии с программой регионального этапа, а так же допускается дополнительное включение испытаний в соответствии с государственными требованиями ВФСК ГТО на усмотрение проводящей организации муниципального образования.

Условия проведения соревнований

Участие в программе Фестиваля обязательно для всех членов сборных команд в спортивной форме (единого образца) и спортивной обуви (сменной).

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренными на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, пункт II/1 протокола № 1 от 23.07.2014 и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса от 08.05.2014.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье – VI – X ступени (мужчины, женщины).

Выполняется стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 — 15 см.

При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение 2 секунд.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-» , ниже - знаком «+».

Ошибки:

- 1) сгибание ног в коленях;
- 2) фиксация результата пальцами одной руки;
- 3) отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.

Стрельба из пневматической винтовки – VI – X ступени (мужчины, женщины).

Пулевая стрельба производится из пневматической винтовки. Выстрелов - 3 пробных и 5 зачетных. Время стрельбы – 10 минут. Время на подготовку – 3 минуты. Присядьте за стол или встаньте около стойки. Выберите наиболее удобную позу. Поверните тело чуть правее линии прицеливания. Возьмите винтовку правой рукой за шейку ложи. Большой палец руки должен обхватить шейку ложи слева, а остальные четыре пальца – справа. Кистью левой руки возьмите цевье ложи снизу. Большой палец обхватывает левый бок цевья, а остальные – правый. Винтовка должна лежать на ладони. Не на пальцах! Обопритесь локтями на стол или на стойку. Левый локоть и плечо выдвиньте

вперед как можно дальше. Левый локоть должен находиться точно под винтовкой. Правый локоть расположите сбоку, ближе к себе. Винтовку вставьте затылком в выемку правого плеча. Голову опустите на гребень приклада. Положение тела – спокойное и устойчивое. После принятия положения, закройте глаза на несколько секунд. Откройте и проверьте совмещение точек вывода винтовки и прицеливания. Наложите указательный палец на спусковой крючок. Прицельтесь и плавно нажмите на спусковой крючок. Результат не будет засчитан, если выстрел произведен без команды судьи.

Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу – VIII – X ступени (мужчины), VI – X ступени (женщины).

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на гимнастической скамье (или сиденье стула), руки на ширине плеч, кисти рук опираются о передний край гимнастической скамьи (или сиденья стула), плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо прикоснуться грудью к гимнастической скамье (или сиденья стула), затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 0,5 секунд, продолжить выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний - разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи в исходном положении.

Ошибки:

- 1) касание пола коленями;
- 2) нарушение прямой линии «плечи - туловище – ноги»;
- 3) отсутствие фиксации исходного положения на 0,5 секунд;
- 4) поочередное разгибание рук;
- 5) отсутствие касания грудью скамьи (или стула).

Поднимание туловища из положения лежа на спине – VIII – X ступени (мужчины), VI – X ступени (женщины).

Поднимание туловища из положения лежа выполняется из исходного положения: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий за 1 мин., касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Для выполнения тестирования создаются пары, один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки:

- 1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- 2) отсутствие касания лопатками мата;

- 3) пальцы разомкнуты «из замка»;
- 4) смещение таза.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – I – VII ступени (мужчины), VI – VII ступени (женщины).

Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен. Измерение производится по перпендикулярной прямой линии измерения до ближайшего следа, поставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки:

- 1) заступ за линию измерения или касание её;
- 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами разновременно.

Рывок гири – VI – IX ступени (мужчины).

Для тестирования используются гири массой 16 кг. Контрольное время выполнения упражнения — 4 мин. Засчитывается суммарное количество правильно выполненных подъемов гири правой и левой рукой.

Тестирование проводится на помосте или любой ровной площадке размером 2×2 м. Участник обязан выступать на соревнованиях в спортивной форме, позволяющей судьям определять выпрямление работающей руки и разгибание ног в тазобедренных и коленных суставах.

Рывок гири выполняется в один прием, сначала одной рукой, затем без перерыва другой. Участник должен непрерывным движением поднимать гирю вверх до полного выпрямления руки и зафиксировать ее. Работающая рука, ноги и туловище при этом должны быть выпрямлены. Переход к выполнению упражнения другой рукой может быть сделан один раз. Для смены рук разрешено использовать дополнительные замахи.

Участник имеет право начинать упражнение с любой руки и переходить к выполнению упражнения второй рукой в любое время, отдыхать, держа гирю в верхнем, либо нижнем положении, не более 5 секунд. Во время выполнения упражнения судья засчитывает каждый правильно выполненный подъем после фиксации гири не менее чем на 0,5 секунд.

Запрещено:

- 1) использовать какие-либо приспособления, облегчающие подъем гири, в том числе гимнастические накладки;
- 2) использовать канифоль для подготовки ладоней;
- 3) оказывать себе помощь, опираясь свободной рукой на бедро или туловище;
- 4) постановка гири на голову, плечо, грудь, ногу или помост;
- 5) выход за пределы помоста.

Ошибки:

- 1) дожим гири;

2) касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки.

Бег 2000 м – VIII – IX ступени (мужчины), VI – IX ступени (женщины), 3000 м – VI – VII ступени (мужчины) – проводится по беговой дорожке стадиона. Максимальное количество участников забега – 20 человек.

VI. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой ступени комплекса ГТО среди мужчин и женщин по наименьшей сумме месточков (например: I место – 1 очко, II место – 2 очка, III место – 3 очка и т.д.), набранных во всех видах программы Фестиваля. В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на выносливость, или пулевой стрельбе.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие I, II, III места в личном первенстве среди мужчин и женщин в программе Фестиваля в каждой из возрастных групп, награждаются по решению организаторов соревнований дипломами и медалями.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение I этапа Фестиваля осуществляется за счёт средств бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Финансовое обеспечение II этапа Фестиваля осуществляется за счёт средств областного бюджета Амурской области и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

ГАУ АО «ОЦРС» в рамках исполнения государственного задания по государственной (услуге) работе «Организация и проведение физкультурных и спортивных мероприятий в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» осуществляет награждение победителей, призеров соревнований дипломами, медалями; оплату питания в дни Фестиваля судьям, врачам, рабочим бригадам по всем видам испытаний, перевозку обслуживающего персонала, организацию мест тестирования испытаний (тестов), приобретение пулек, мишеней для испытаний (стрельба из пневматической винтовки), изготовление номеров участников, приобретение канцелярских товаров, обеспечение транспортом в период Фестиваля.

Расходы по командированию участников сборных команд муниципальных образований на II этап Фестиваль (проезд до места проведения и обратно, суточные в пути, страхование участников, питание) обеспечивают командирующие организации.

IX. 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.

Спортивная программа на II этапе Фестиваля проводится на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

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».

X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Страхование участников соревнований обязательно и производится за счёт средств бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Участие во II этапе Фестиваля осуществляется только при наличии договора (оригинала) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников в день приезда на соревнования.

XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для участия во II этапе Фестиваля необходимо направить предварительную заявку по установленной форме согласно приложению, заверенную руководителем органа местного самоуправления и органа исполнительной власти в адрес регионального оператора ВФСК ГТО – ГАУ АО «ОЦРС».

Срок представления заявки - до 29 июля 2016 года.

Заявка подается по адресу: gtoblag@mail.ru: 8(4162)77-20-32.

Вместе с предварительной заявкой в ГАУ АО «ОЦРС» направляется краткий отчёт о проведении I этапа Фестиваля, составленный в произвольной форме с указанием количества участников, участвовавших в I этапе Фестиваля, программы мероприятий, количества судей, их категории, протоколы I этапа Фестиваля с результатами членов сборной команды.

Основанием для командирования команды на II этап Фестиваля является положение о проведении Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди государственных и муниципальных служащих Амурской области.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

— именную заявку по форме согласно приложению, которая формируется по каждой ступени отдельно (например - VI ступень – 1 мужчина, 1 женщина и т.д.), (идентичную предварительной заявке без запасных участников), заверенную руководителем муниципального образования,

учреждением здравоохранения, которое осуществляло допуск участников **(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.

ЗАЯВКА
на участие в (региональном) этапе Фестиваля среди государственных и муниципальных служащих Амурской области

(наименование территории Амурской области)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения (дд.мм.гг.)	УИН участника	Степень	Название и адрес организации (в соответствии с Уставом)	Период работы в данной организации (№ и дата приказа)	Виза врача*
	<i>Образец Иванов Федор Евгеньевич</i>	<i>25.04.76</i>	<i>16-28-0000555</i>	<i>VIII</i>	<i>Администрация Петровского района</i>	<i>№ 345 от 30.07.00 г.</i>	<i>допущен</i>
							допущен, подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований

***Предварительная заявка оформляется с учётом запасных участников, без визы врача.**

Допущено к II (региональному) этапу Фестиваля комплекса ГТО _____ служащих
(подпись)

Врач _____ / _____
(ФИО) (подпись)

(М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации _____
(Ф.И.О. полностью, подпись)

Руководитель муниципального образования,
исполнительного органа государственной власти
« ____ » _____ 2016 г.

(Ф.И.О. полностью, подпись, телефон)

М.П.

Ф.И.О. исполнителя (полностью) _____

Контактный телефон _____ адрес электронной почты _____