



Утверждаю

начальник управления образования  
администрации Ковровского района  
И.Е. Медведева  
2018 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении I-го муниципального Фестиваля ГТО**  
**среди образовательных организаций Ковровского района**  
**«Делай как я, делай лучше...!»**

**I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Целью проведения Фестиваля является укрепление здоровья, пропаганда здорового образа жизни, поддержание позитивного настроения, своим примером показать представителям более молодого поколения своё отношение к ведению здорового образа жизни.

Задачи Фестиваля:

- популяризация комплекса ГТО среди населения;
- повышение уровня физической подготовленности;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;

**II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Фестиваль проводится на базе МАУДО «Дворец спорта» в 2 этапа:

- I этап - 16 февраля 2019г.
- II этап – 11 мая 2019г.

Работа мандатной комиссии с 9.00, заседание судейской коллегии совместно с представителями команд в 9.30, начало соревнований – по окончании судейской коллегии.

**III. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ**

Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляет управление образования администрации Ковровского района. Непосредственное проведение соревнований возлагается на МАУДО «Дворец спорта» (директор Чеснокова Е.Н.).

**IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

В Фестивале принимают участие сборные команды образовательных организаций Ковровского района, участники которых относятся к VI – XI ступеням комплекса ГТО, по состоянию здоровья допущенные врачом, имеющие личный ID номер.

**Состав сборной команды образовательной организации неограничен.**

**V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ**

**Мужчины**

*Виды соревнований для командного зачёта*

№	Вид испытания (тест)	Дата
1.	Прыжок в длину с места (см)	16 февраля
2.	Стрельба из электронного оружия, 5 зачётных выстрелов (очк.)	
3.	Бег на лыжах 5 км (мин., сек.)	
4.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см)	11 мая
5.	Бег 60 м (мин., сек.)	
6.	Бег 3 км, старше 40 лет - 2 км (мин, сек.)	

*Дополнительные виды для выполнения норм ГТО на выбор:*

№	Вид испытания (тест)	Дата
1.	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	16 февраля
2. *	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	11 мая
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (раз)	
	или рывок гири 16 кг (кол-во раз)	
3.	Метание спортивного снаряда весом 700 гр. (м)	
4.	Челночный бег 3 X 10 м (сек.)	

\* - обязательный вид для выполнения норм ГТО

**Женщины**

*Виды соревнований для командного зачёта*

№	Вид испытания (тест)	Дата
1.	Прыжок в длину с места (см)	16 февраля
2.	Стрельба из электронного оружия, 5 зачётных выстрелов (очк.)	
3.	Бег на лыжах 3 км (мин., сек.)	
4.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической статье (см)	11 мая
5.	Бег 60 м (мин., сек.)	
6.	Бег 2 км (мин, сек.)	

*Дополнительные виды для выполнения норм ГТО на выбор:*

№	Вид испытания (тест)	Дата
1.	Поднимание туловища за 1 мин. (кол-во раз)	16 февраля
2. *	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	11 мая
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (раз)	
3.	Метание спортивного снаряда весом 500 гр. (м)	
4.	Челночный бег 3 X 10 м (сек.)	

\* - обязательный вид для выполнения норм ГТО

**Условия проведения соревнований**

Соревнования лично – командные. В день соревнований в первую очередь выполняются виды командного зачёта, затем дополнительные виды для выполнения норм ГТО.

На соревнованиях Фестиваля уровень физической подготовленности участников определяется в соответствии с утверждёнными государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО (приказ Минспорта России от 8 июля 2014 г. № 575) и 100-очковыми таблицами оценки результатов.

**VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

В командный зачёт среди команд МБОУ учитывается 5 лучших результатов, независимо от пола, среди команд МБДОУ – 4 лучших результата независимо от пола.

Зачёт в соревнованиях среди команд МБОУ и МБДОУ проводится отдельно.

Итоги соревнований Фестиваля среди образовательных организаций подводятся согласно таблицам (приложения 1, 2) результатов для мужчин и женщин.

Для получения знака отличия комплекса ГТО в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения необходимо выполнить необходимое количество нормативов (тестов) согласно своему возрасту (по данному вопросу можно ознакомиться на официальном сайте «ВФСК ГТО»).

Личное первенство определяется отдельно среди мужчин и среди женщин по наибольшей сумме очков, набранных в шести видах программы командного зачёта в соответствии со 100-очковой таблицей оценки результатов.

Командное первенство определяется по наибольшей сумме очков, набранных в шести видах командного зачёта в соответствии со 100-очковой таблицей оценки результатов.



В случае равенства сумм очков у двух или более участников в личном зачёте преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на среднюю дистанцию по времени.

В случае равенства сумм очков у двух и более команд преимущество дается команде, участник которой занял более высокое место в личном зачете. В случае равенства этих показателей учитываются личные места следующих участников в рейтинге мест.

#### **VII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды, занявшие 1-3 места в своих группах, награждаются дипломами управления образования администрации Ковровского района.

Участники, занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мужчин и среди женщин в своих группах, награждаются грамотами управления образования администрации Ковровского района.

#### **VIII. ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ**

Расходы, связанные с организацией и проведением соревнований, несёт управление образования администрации Ковровского района.

#### **IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Руководители команд в день соревнований представляют в мандатную комиссию именную заявку, заверенную врачом и директором школы, с указанием **ID номера участника** (из личного кабинета сайта ГТО) и заполненные протоколы по прилагаемой форме.

По вопросам обращаться в МАУДО «Дворец спорта» по телефону: 7-82-05,  
или на электронный адрес: [platonov065@mail.ru](mailto:platonov065@mail.ru) (Платонов М.А.)



Дополнительные виды для выполнения ГТО

№ п/п	Фамилия, Имя, Отчество	Степень	Дата рождения	ID номер	ВИДЫ ИСПЫТАНИЙ						Выполнено нормативов			Соответ- ствие знаку отличия ВСФК ГТО		
					Поднимание туловища		Подтягивание /отжимание/ гиря		Метание гранаты		Челночный бег 3X10 м		Золотой знак		Серебряный знак	Бронзовый знак
					Результат	Знак	Результат	Знак	Результат	Знак	Результат	Знак				
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																

Примечание: В протоколах количество строк можно выполнить по количеству участников