

## **ПОЛОЖЕНИЕ о проведении соревнований по комплексу ГТО**

### **1. Общие положения**

- 1.1. Соревнования по комплексу ГТО среди молодежных команд организаций городского округа Стрежевой (далее – соревнования) проводятся в рамках Городского молодежного турнира.
- 1.2. Целью проведения является вовлечение работающей молодежи в систематические занятия физической культурой и спортом.
- 1.3. Задачами соревнований являются:
  - популяризация комплекса ГТО среди работающей молодежи города;
  - повышение уровня физической подготовленности;
  - пропаганда идей здорового образа жизни;
  - официальное тестирование работающей молодежи города по выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО.
- 1.4. Организацию и проведение соревнований осуществляет ДИ «Современник» МБУК «МСК» при поддержке МБУ «ФСЖ».
- 1.5. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию. Главный судья соревнований – Волостных А.В., главный секретарь соревнований – Иванов В.В.

### **2. Место и сроки проведения соревнований**

Соревнования проводятся 10 июня в 15:00 ч. на стадионе «Нефтяник». Командам необходимо заблаговременно, не менее чем за 15 минут до начала соревнований, прибыть на стадион «Нефтяник».

### **3. Требования к участникам и условия их допуска**

- 3.1. В соревнованиях принимают участие команды организаций города. Участники команд должны быть зарегистрированы на официальном сайте комплекса ГТО – [www.gto.ru](http://www.gto.ru).
- 3.2. Количественный состав команды - 8 человек (4 мужчин и 4 девушки).
- 3.3. Для участия в соревнованиях команда подает в главную судейскую коллегию заявку (образец в приложении), заверенную врачом и руководителем (представителем) организации с печатями медицинского учреждения и представляющей организации

### **4. Программа соревнований**

Основу программы соревнований составляют виды испытаний (тестов) комплекса ГТО.

#### **Перечень испытаний (тестов) комплекса ГТО**

№п/п	Вид программы
1.	Бег на 30 м (с)
2.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (мужчины), 500 г (девушки) (м)
3.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция – 10 м (очки)
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)
6.	Наклоны вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)

7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) (количество раз)
----	--

### 5. Подведение итогов

- 5.1. Командное первенство определяется по наименьшей сумме мест, набранных в видах спортивной программы индивидуально всеми участниками команды. При равенстве командных мест, преимущество получает команда, набравшая наименьшую сумму мест всеми участниками в беге на 30 метров. В случае неучастия одного из участника в виде программы, ему присваивается последнее место.
- 5.2. При подведении итогов применяются официальные таблицы нормативов ВФСК ГТО ([http://gto.ru/norms#tab\\_men](http://gto.ru/norms#tab_men), [http://gto.ru/norms#tab\\_women](http://gto.ru/norms#tab_women)).

### 6. Награждение

- 6.1. Команда, занявшая I место в соревнованиях, награждается Кубком и Дипломом. Команды, занявшие II и III места, награждаются Дипломами.
- 6.2. Игроки команд, занявшие призовые места, награждаются медалями соответствующих степеней.
- 6.3. Награждение победителей происходит на церемонии закрытия Городского молодёжного турнира 12 июня 2018 г. во Дворце искусств «Современник».

#### Контакты:

Управление культуры, спорта и молодежной политики,  
г. Стрежевой, ул. Ермакова, 46, 2 этаж, каб. 32  
Волостных Антон Владимирович  
Р.тел. 5-30-46 доб. 109

Приложение к Положению  
о проведении соревнований по комплексу ГТО  
в рамках Городского молодежного Турнира

**ЗАЯВКА**  
**на участие в соревнованиях по комплексу ГТО**

от команды \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, Имя, Отчество	Дата рождения	Уникальный идентификационный номер (присваивается после регистрации на сайте)	место работы	Допуск врача
1.					
..					

Руководитель \_\_\_\_\_ /печать/

Допущено \_\_\_\_\_ человек (медицинская организация) \_\_\_\_\_ /печать/

**Контактный телефон. E-mail:**

\_\_\_\_\_