

«Утверждаю»

Заместитель главы Администрации
Азовского района



Е.А. Тарасова

«Утверждаю»

Председатель МУ Азовского
района
«Комитет по ФКиС и спорту»



С.В. Сартаков

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении фестиваля ВФСК ГТО среди лиц старшего возраста Азовского района

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль проводится с целью привлечения старшей группы населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачами фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди старшей возрастной группы населения от 50 лет;
- повышение уровня физической подготовленности населения,
- пропаганда здорового образа жизни;
- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

1. МЕСТО и СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Муниципальный этап проводится 17 марта 2023 года в с. Пешково (спортивная площадка Пешковской СОШ). Начало в 11.00.

2. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при

выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 12.02.2019 № 90.

К участию в Фестивале допускаются участники IX, X, XI ступени, основной медицинской группы при наличии УИН (присвоенного при регистрации на сайте www.gto.ru), заявки от организации, заверенной врачом.

Состав команды (6 чел.) в составе: 3 мужчины и 3 женщины (1муж., 1 жен. - IX ступень (от 50 до 59 лет), 1муж., 1 жен. - X ступень (от 60 до 69 лет), 1муж., 1 жен. - XI ступень (от 70 лет).

ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

№ п/п	Программа Фестиваля	Ступень ГТО (возраст)
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (муж.) - или рывок гири (16 кг) - или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	IX ступень (50-59 лет) мужчины
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (90 см) - или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	IX ступень (50-59 лет) женщины
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	IX – XI (50 лет и старше) женщины и мужчины
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	IX – XI (50 лет и старше) женщины и мужчины
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (X ступень), в упоре о сиденье стула (XI)	X, XI (60 лет и старше) женщины и мужчины
6.	Бег 2000 м	IX (50-59 лет) женщины и мужчины
7.	Смешанное передвижение на 2 км	X, XI (60 лет и старше) женщины и мужчины

3. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Личный зачет подводится отдельно среди мужчин и женщин. Победители определяются по наибольшей сумме набранных очков в 4 видах испытаний. В случае равенства результатов у двух и более участников, преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на 2000 м (IX ступень) и смешанном передвижении на 2 км (X и XI ступень).

Командный зачет определяется по сумме очков, набранных всеми членами команды за выполнение 4 видов каждым участником команды.

Результаты участников Фестиваля в спортивной программе многоборья ГТО определяются с применением 100-очковых таблиц оценки результатов, утвержденных приказом Минспорта России от 21.09.2018 г. № 814.

В случае равенства результатов среди команд, победитель определяется по наилучшему суммарному результату всех участников команды в беге на 2000 м (IX ступень).

4. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в личном зачете награждаются грамотами и сувенирами с символикой ВФСК ГТО. Команда- победитель и призеры награждаются дипломами и кубками.

5. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для участия в фестивале необходимо направить предварительную заявку до 16 марта 2023 года по установленной форме (Приложение) на электронный адрес: shkola.olimp@yandex.ru

ЗАЯВКА
на участие в фестивале
Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» среди лиц старшего возраста

сельское поселение

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ИД номер АИС ГТО	Виза врача
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

Глава с/п

(подпись)

Ф.И.О.