

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель комитета
по физической культуре и спорту
Ленинградской области



Е.Н. Пономарев

2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении областного фестиваля ВФСК ГТО
среди трудовых коллективов Ленинградской области**

Ленинградская область
2024 год

I. Общие положения

1.1. Областной фестиваль ВФСК ГТО среди трудовых коллективов Ленинградской области (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Ленинградской области на 2024 год.

1.2. Фестиваль проводится в целях повышения эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного и всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан, осуществляющих трудовую и профессиональную служебную деятельность, к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом, пропаганды физической культуры и спорта, здорового образа жизни среди муниципальных районов и городского округа Ленинградской области, установления и развития между ними дружеских и деловых контактов.

1.3. Настоящее Положение является основанием для командирования спортсменов, представителей, тренеров и судей на Фестиваль.

II. Место и сроки проведения

2.1. Фестиваль проводится 30 марта 2024 года на базе физкультурно-оздоровительного комплекса МБОУ ДО «РСШ «Юность» по адресу: Ленинградская область, Гатчинский район, п. Вырица, ул. Московская д.55.

III. Права и обязанности организаторов

3.1. Комитет по физической культуре и спорту Ленинградской области (далее – комитет) определяет условия проведения Фестиваля, предусмотренные настоящим Положением.

Непосредственное проведение соревнований осуществляют:

- Государственное автономное учреждение Ленинградской области «Центр спортивной подготовки сборных команд Ленинградской области» (далее – ГАУ ЛО ЦСП);
- главная судейская коллегия;
- центр тестирования Гатчинского муниципального района.

Методическое обеспечение Фестиваля осуществляется Региональным оператором комплекса ГТО (Государственное автономное учреждение Ленинградской области «Центр спортивной подготовки сборных команд Ленинградской области», отдел реализации комплекса ГТО).

3.2. Комитет участвует в подготовке, организации и проведении Фестиваля, изложенного в настоящем Положении, в рамках полномочий, предусмотренных пунктом 1 части 3 статьи 3 Областного закона Ленинградской области от 30 декабря 2009 года №118-оз «О физической культуре и спорте в Ленинградской области».

3.3. Подготовка и непосредственное проведение Фестиваля, ответственность за обеспечение безопасности участников и зрителей возлагается на главную судейскую коллегия (ГСК) Фестиваля, возглавляемую Главным судьей Фестиваля. Составы ГСК и судейских коллегий по видам

испытаний формируются из числа судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, дисциплины и упражнения которых входят в состав комплекса ГТО, в соответствии с методическими рекомендациями по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», утвержденными приказом Минспорта России от 1 февраля 2016 года № 70.

3.4. Распределение иных прав и обязанностей, включая ответственность за причиненный вред участникам мероприятия и (или) третьим лицам, осуществляется на основе договора с иными организаторами спортивных соревнований, за исключением Комитета, и (или) в регламенте конкретного мероприятия. Если распределение указанных прав и обязанностей осуществляется на основе договора, в регламенте конкретного мероприятия приводится ссылка на реквизиты такого договора (номер и дата заключения договора).

IV. Обеспечение безопасности участников и зрителей

4.1. Фестиваль проводится на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также при наличии актов готовности физкультурного объекта спорта к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

4.2. Участие в Фестивале осуществляется только при наличии договора о страховании: несчастных случаев, жизни и здоровья, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника мероприятия. Страхование участников Фестиваля осуществляется как за счет средств бюджетов муниципальных образований, так и внебюджетных средств, в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

4.3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. №1144н «Об утверждении порядка 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» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

V. Требования к участникам и условия их допуска

5.1. Фестиваль проводится среди трудящихся из числа работников предприятий (организаций, учреждений) независимо от организационно-правовой формы в возрасте от 25 до 64 лет основной группы здоровья и имеющих медицинский допуск к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО в следующих возрастных ступенях:

- 25-29 лет (девятая ступень комплекса ГТО);

- 30-34 лет (десятая ступень комплекса ГТО);
- 35-39 лет (одиннадцатая ступень комплекса ГТО);
- 40-44 лет (двенадцатая ступень комплекса ГТО);
- 45-49 лет (тринадцатая ступень комплекса ГТО);
- 50-54 года (четырнадцатая ступень комплекса ГТО);
- 55-59 лет (пятнадцатая ступень комплекса ГТО);
- 60- 64 лет (шестнадцатая ступень комплекса ГТО).

5.2. Состав команды включает 9 человек, в том числе 1 руководитель (представитель) команды (при наличии) и 8 спортсменов:

- 1 мужчина и 1 женщина – 25-34 лет (девятая или десятая ступень комплекса ГТО);
- 1 мужчина и 1 женщина – 35-44 лет (одиннадцатая или двенадцатая ступень комплекса ГТО);
- 1 мужчина и 1 женщина – 45-54 лет (тринадцатая или четырнадцатая ступень комплекса ГТО);
- 1 мужчина и 1 женщина – 55-64 лет (пятнадцатая или шестнадцатая ступень комплекса ГТО).

5.3. Возраст участников Фестиваля в соответствующей ступени комплекса ГТО определяется по состоянию на дату последнего дня соревновательной программы Всероссийского этапа 19 мая 2024 г.

Все участники должны быть зарегистрированы на Всероссийском интернет-портале ВФСК ГТО (по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» www.gto.ru), иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН) и выполнить нормативы комплекса ГТО на знак отличия в соответствующей ступени комплекса ГТО.

5.4. К участию в Фестивале допускаются команды, направившие заявки, соответствующие требованиям Положения, в установленные сроки, но не более 144 участников (18 команд по одной из каждого муниципального района).

В состав команды предприятий (организаций, учреждений) включаются штатные работники предприятия (организации, учреждения), включая его филиалы и дочерние подразделения, проработавшие **не менее 6 месяцев** на этом предприятии.

5.5. Состав команды Фестиваля формируется решением руководства предприятия (организации, учреждения), органа местного самоуправления.

Участники команды должны иметь единую парадную форму.

К участию в Фестивале не допускаются лица, не соответствующие вышеуказанным требованиям настоящего Положения.

5.6. Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии договора (оригинала) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, который предоставляется в мандатную комиссию по допуску участников соревнований в день приезда.

Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счет средств местных бюджетов, так и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации.

VI. Программа фестиваля

09.00- начало регистрации команд

№ п/п	Многоборье ГТО	
Женщины		
1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Все возрастные группы
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Возрастная группа от 60 до 64 лет
3.	Плавание на 50 м	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Плавание на 25 м	Возрастная группа от 60 до 64 лет
Мужчины		
1.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Все возрастные группы
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Возрастная группа от 60 до 64 лет
3.	Плавание на 50 м	Возрастные группы от 25 до 59 лет
	Плавание на 25 м	Возрастная группа от 60 до 64 лет

Эстафета ГТО – соревнования командные. В эстафете ГТО участвуют все команды. Результаты эстафеты **не** входят в общекомандный зачет.

Командное соревнование Эстафета ГТО проходит в формате гонки. Эстафета ГТО проходит на 2 дорожках, и состоит из прохождения 4х этапов. Количество участников эстафеты - 4 человека (2 мужчины и 2 женщины).

По всей дистанции участников сопровождают судьи, оценивающие правильность выполнения упражнений и производящие подсчет количества повторений. Также судьи фиксируют нарушения, за которые начисляется штрафное время команде.

Подробное описание этапов эстафеты будет предоставлено участникам в Регламенте соревнований.

15.30 - 16.30 - Подведение итогов, награждение победителей и призеров, Торжественное закрытие Фестиваля.

17.00 - Отъезд

Соревнования проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 29 мая 2023г.

Порядок проведения мероприятий по допуску команд к участию в Фестивале, оценки видов испытаний (тестов) комплекса ГТО соревновательной программы Фестиваля, особенности организации судейства, а также специальные условия проведения Фестиваля устанавливаются Регламентом Фестиваля, который доводится до сведения команд, заявленных к участию в Фестивале, не позднее чем за 10 дней до проведения Фестиваля.

Многоборье ГТО

Судейство осуществляет судейская бригада Центра тестирования ГТО Гатчинского муниципального района.

Допуск к выполнению комплекса ГТО осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. №1144н «Об утверждении порядка 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» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Плавание

Соревнования командные. Дистанция 50/25 м вольным стилем.

Командный зачет определяется по сумме очков, набранных всеми участниками.

В случае равенства суммы очков приоритет получает команда, имеющая наибольшее количество первых мест в этом виде испытания. При равенстве этих позиций по количеству вторых мест и т.д.

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Соревнования – командные Соревнования проводятся отдельно среди мужчин в каждой возрастной ступени, 1 попытка. Мужчины выполняют упражнение из виса на высокой перекладине. Время выполнения норматива -3 минуты.

Выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, затем опускается в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать на 1 сек. в исходном положении, продолжает выполнение упражнения. Испытание выполняется на большее количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- 1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- 2) подбородок тестируемого ниже грифа перекладины;
- 3) отсутствие фиксации ИП менее 1сек.;
- 4) явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук;
- 5) нарушение требований к ИП (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги).

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Соревнования – командные. Соревнования проводятся на время отдельно среди женщин в каждой возрастной ступени, 1 попытка. Время выполнения норматива -3 минуты.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения (далее – ИП): упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 1 сек., продолжить выполнение тестирования.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук. Количество правильно выполненных циклов фиксируется счетом судьи вслух.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- 2) нарушение требований к ИП (постановка рук не соответствует ИП, отсутствие прямой линии тела между плечами, туловищем и ногами)
- 3) отсутствие фиксации на 1 сек. ИП;
- 4) поочередное разгибание рук;
- 5) отсутствие касания грудью пола (платформы);
- 6) превышение допустимого угла разведения локтей;

7) нарушение прямой линии «плечи - туловище – ноги».

В случае равенства суммы очков в виде испытаний подтягивание из виса на высокой перекладине и сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу приоритет получает команда, имеющая наибольшее количество первых мест в этих видах испытаний. При равенстве этих позиций по количеству вторых мест и т.д.

Поднимание туловища из положения лежа на спине

Соревнования – командные. Соревнования проводятся на время отдельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной ступени, 1 попытка.

Поднимание туловища из положения лежа выполняется из ИП: 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 туловища за 1 мин., касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

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, в результате которых испытание не засчитывается:

- 1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- 2) отсутствие касания лопатками мата;
- 3) пальцы разомкнуты "из замка";
- 4) смещение таза.
- 5) изменение прямого угла согнутых ног.

В случае равенства суммы очков приоритет получает команда, имеющая наибольшее количество первых мест в этом виде испытания. При равенстве этих позиций по количеству вторых мест и т.д.

VII. Подведение итогов

7.1. Набранные очки участников по каждому виду испытаний определяются в соответствии с таблицей оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей ГТО (<https://gto.ru/document>).

Командный зачет в каждом виде испытаний подводится по наибольшей сумме очков, набранных каждым участником команды по данному виду испытаний.

7.2. Общекомандный зачет подводится по наибольшей сумме очков, набранных каждым участником команды по всем видам испытаний. В случае равенства очков, преимущество отдаётся команде, имеющей наибольшее количество первых мест в командных видах многоборья ГТО. При равенстве этих позиций по количеству вторых мест и т.д.

VIII. Награждение

8.1. Награждение в командном зачете проводится отдельно по каждому виду испытания. Личный зачет не проводится.

8.2. Команды, занявшие 1-3 места по видам испытания награждаются кубками, грамотами, а участники медалями с символикой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

8.3. Команды, занявшие 1-3 места в эстафете, награждаются кубками, дипломами, а участники медалями с символикой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

8.4. Команды, занявшие 1-3 места в общекомандном зачете, награждаются кубками, дипломами, а участники медалями с символикой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

8.5. Всем участникам соревнований будет вручена сувенирная продукция, в том числе с символикой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

9.1. Комитет осуществляет финансовое обеспечение соревнований в соответствии с Приказом комитета № О-20/2022 от 19.08.2022 г. «Об утверждении положения о порядке финансирования и норм расходов на проведение официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, включенных в календарный план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Ленинградской области».

9.2. Расходы, связанные с организацией и проведением Фестиваля (питание участников, волонтеров, судей, оплата судейства, услуги по торжественному открытию и закрытию Фестиваля, аренда спортсооружений, покупка спортивного инвентаря, обеспечение безопасности, компьютерное обеспечение, включая принтер, расходные материалы, электронная судейско-информационная аппаратура, канцтовары, полиграфическая продукция(баннеры), фото и видеосъемка, аренда фотобудки, услуги скорой помощи, подготовка мест проведения соревнований, сувенирная продукция для участников, судей и волонтеров, награждение призеров и победителей спортивной программы осуществляет ГАУ ЛО ЦСП за счет средств областного бюджета Ленинградской области в рамках исполнения государственного задания на 2024 год.

9.3. Расходы по командированию команд на Фестиваль (проезд, питание в пути, страхование) обеспечивают командирующие их организации.

X. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки от команд на участие в Фестивале по форме (Приложение № 1) предоставляются на электронный адрес:

gto_47reg@mail.ru до **15 марта 2024 года включительно**.

В комиссию по допуску участников соревнований в день приезда на Фестиваль руководители команд предоставляют:

- оригинал заявки на участие в соответствии с Приложением № 1, заверенный врачом;

-паспорт или документ, удостоверяющий личность участника;

-копию трудовой книжки участника (с указанием периода работы (профессиональной служебной деятельности), заверенную печатью отдела кадров (кадровой службой);

- оригиналы договоров о страховании;

- полис обязательного медицинского страхования.

Адреса и контактные телефоны:

Комитет по физической культуре и спорту Ленинградской области:
191124, г. Санкт-Петербург, ул. Лафонская, дом 6В Тел.: 8 (812) 611-40-31:

Начальник отдела физической культуры и спорта комитета – Власова Ольга Владимировна, тел.8(812) 611-40-34.

Региональный оператор комплекса ГТО Ленинградской области –660-11-51.

З А Я В К А
на участие в областном фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов Ленинградской области

Команда _____

№	Ф.И.О. (полностью)	Должность	Дата рождения (день, месяц, год)	УИН	Допуск врача (допущен / не допущен)	Врач (подпись, печать)
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						

Допущено _____ (_____) человек.

Врач: _____ /Ф.И.О./
 подпись, печать

Руководитель команды, ФИО, тел.моб.: _____

Руководитель организации

_____ /Ф.И.О.

М.П.

_____ /подпись