**ПОЛОЖЕНИЕ**

о проведении тестирования по гимнастическим видам среди населения г. Белогорск в рамках муниципального этапа Зимнего фестиваля ВФСК ГТО, приуроченного к 90-летию создания Всесоюзного комплекса ГТО

**I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

- вовлечение большего числа населения в систематические занятия физической

культурой и спортом.

- популяризация комплекса ГТО среди населения города;

- повышение уровня физической подготовленности;

- пропаганда здорового образа жизни;

- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и

спортом;

- поощрение всех категорий населения за лучшие результаты по выполнению

нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО и за активное участие в

деятельности по продвижению комплекса ГТО.

**II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Тестирование по гимнастическим видам среди населения г. Белогорск в рамках муниципального этапа Зимнего фестиваля ВФСК ГТО проводится 21 февраля 2021 г. с 10:00 в МАУ «Спортивная школа №1 г. Белогорск» по адресу: ул. Кирова, 116 а. ***Регистрация участников с 09:00.***

1. **ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство организацией и проведением тестирования осуществляют Центр тестирования ГТО г. Белогорск, совместно с МКУ «Управление ФК и С» г. Белогорск.

Непосредственное проведение испытаний возлагается на судейскую бригаду МАУ «Спортивной школы №1 г. Белогорска» и специалистов муниципального Центра тестирования.

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

К участию в тестировании допускаются все желающие I – XI ступени комплекса от 6 до 70 лет и старше, зарегистрировавшиеся на официальном сайте ВФСК ГТО, предоставившие id №, именную заявку (коллективную), копию документа, удостоверяющего личность и имеющие допуск врача. При себе необходимо иметь чистую сменную спортивную обувь (либо белые носки), одежду для занятий в спортивном зале, бутилированную питьевую воду.

При сдаче испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО участники обязаны соблюдать требования безопасности.

**V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

Основу спортивной программы составляют виды испытаний (тесты) с I по XI ступени комплекса ГТО.

**Виды испытаний:**

**Подтягивание из виса** на высокой перекладине для мальчиков, юношей, мужчин I - IX ступеней;

**или сгибание и разгибание рук** в упоре лёжа для мальчиков, юношей и мужчин I - IX ступеней; **сгибание и разгибание рук** в упоре о гимнастическую скамью для мужчин X ступени; **сгибание и разгибание рук** в упоре о сиденье стула для мужчин XI ступени;

**или рывок гири 16 кг** для юношей, мужчин V - IX ступеней.

**Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа для девочек, девушек, женщин с** I - IX ступеней; **сгибание и разгибание рук** в упоре о гимнастическую скамью для женщин X ступени; **сгибание и разгибание рук** в упоре о сиденье стула для женщин XI ступени;

**или подтягивание из виса лёжа** на низкой перекладине для девочек, девушек, женщин I - IX ступеней; для мужчин VII, VIII, IX ступеней;

**Наклон вперёд из положения** стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье для участников с I - XI ступеней.

**Поднимание туловища** из положения лёжа на спине руки за головой для участников с I - XI ступеней;

**Прыжок в длину с места толчком двумя ногами** для участников I - VII ступеней.

**VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Соревнования личные. Проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, утвержденными Министром спорта Российской Федерации от 31.03.2017 г.

Личный зачет по I этапу Фестиваля определяется раздельно для каждой ступени комплекса ГТО среди мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах спортивной программы Фестиваля согласно 100-очковой таблице оценки результатов, утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации № 814 от 21 сентября 2018 года.

Участникам, занявшим 1, 2, 3 места в личном первенстве в программе I (муниципального) этапа Фестиваля, вручаются сертификаты об участии в Фестивале.

К участию во II этапе фестиваля допускаются граждане от 9 до 59 лет (II – IX ступень), победители (призеры) I (муниципального) этапа фестиваля в личном зачете.

Количественный и возрастной состав сборной команды муниципального образования для участия во II (региональном) этапе:

Зачет в зимнем фестивале (команда – 13 человек): **II ступень** – один ребенок (мальчик или девочка), **III – VIII** – от каждой возрастной ступени по 2 человека: 1 юноша/мужчина + 1 девушка/женщина.

Муниципальный Центр тестирования ГТО г. Белогорск результаты выполнения нормативов оформляет в установленном порядке в протоколы тестирования и вносит результаты во Всероссийскую электронную базу данных комплекса ГТО.

**Участие в тестировании осуществляется с учетом соблюдения участниками необходимых мер по предотвращению распространения коронавирусной инфекции.**

**Заявки (Приложение №1, №2) подаются до 19 февраля 2021 года в муниципальный центр тестирования ГТО, по адресу пер. Весенний, 11, или на электронный адрес** [gto\_belogorsk@mail.ru](mailto:gto_belogorsk@mail.ru)

**По возникающим вопросам обращаться по телефону: 89143839655 – Ткаченко Любовь Александровна, 89145998283 - Чихняева Наталья Александровна.**

**Приложение №1**

**ЗАЯВКА**

**на участие в ВФСК ГТО**

**­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**(дата проведения тестирования)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/ п** | **Фамилия, имя, отчество** | **Дата рождения (дд.мм.гг.)** | **УИН участника** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

Контактный телефон \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Приложение №2**

**ЗАЯВКА (коллективная)**

**на участие в ВФСК ГТО**

(наименование учреждения)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/ п** | **Фамилия, имя, отчество** | **Дата рождения (дд.мм.гг.)** | **УИН участника** | **Ступень** | **Виза врача\*** |
|  |  |  |  |  | **допущен,** подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Допущено к выполнению комплекса ГТО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ человек (прописью)

Врач \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(М.П. медицинского учреждения)

Руководитель учреждения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Ф.И.О. полностью, подпись)

М.П.

Ф.И.О. исполнителя (полностью) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Контактный телефон \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_