|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| УТВЕРЖДАЮПредседатель комитета по физической культуре и спорту города Барнаула\_\_\_\_\_\_\_\_\_ П.И. Кобзаренко «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г  |  | УТВЕРЖДАЮДиректор МАУ «Центр спортивно-массовой работы и тестирования ВФСК «ГТО»\_\_\_\_\_\_\_\_Е. В. Катенева «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г. |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

о проведении городского фестиваля

чемпионов ВФСК ГТО "Игры ГТО"

г. Барнаул, 2025г.

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Городской фестиваль чемпионов ВФСК ГТО "Игры ГТО" (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с Единым календарным планом муниципальных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Барнаула на 2025 год.

Цель Фестиваля:

Повышение эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного и всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- пропаганда комплекса ГТО как одного из инструментов вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом;

- совершенствование форм и методов физкультурно-спортивной
и оздоровительной работы;

- создание условий, мотивирующих различные категории населения
к занятиям физической культурой и спортом;

- поощрение лиц, систематически занимающихся физической культурой
и спортом;

- мониторинг уровня физической подготовленности населения в возрасте от 20 до 49 лет по результатам выполнения ими испытаний многоборья ГТО.

Привлечение внимания государственных структур и общественных организаций к развитию и внедрению многоборья ГТО в стране.

Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты спортивных соревнований, включенных в настоящее положение о краевых официальных спортивных соревнованиях.

Запрещается участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные спортивные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом
3 части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

**II. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет комитет по физической культуре и спорту города Барнаула.

Непосредственное руководство подготовкой и проведения Фестиваля осуществляет МАУ «Центр спортивно-массовой работы и тестирования ВФСК «ГТО».

Составы судейской 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 22.02.2023 № 117.

**III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от
18 апреля 2014 г. № 353.

Ответственность за выполнение требований безопасности при проведении соревнований возлагается на Региональную физкультурно-спортивную общественную организацию «Федерация Многоборья Готов к труду и обороне Алтайского края»

Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника спортивных соревнований. Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счет бюджетных, так и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.

Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 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"

Антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными приказом Минспорта России от 24 июня 2021 г. № 464.

**IV. Общие сведения о спортивном соревновании**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Место проведения спортивных соревнований  | Характер подведенияитогов спортивно-го соревнова-ния | Планируе-мое количество участников спортивно-го соревнова-ния(чел.) | Состав сборной команды муниципального образования  | Квали-фика-цияучастников(спор-тивныйразряд)(6) | Группы участников спортивныхсоревнова-ний по полу и возрасту в соответ-ствии с ЕВСК | Программа спортивного соревнования |
| Всего | В том числе | Срокипрове-дения,в томчиследатаприез-даи датаотъез-да | Наиме-нованиеспор-тивнойдисциплины(в соот-ветствиис ВРВС) | Номер-код спор-тивнойдисци-плины(в соот-ветствиис ВРВС) | Количествовидовпрограммы/медалей |
| участников (муж-чин/ жен-щин)(5) | Тре-неров | Спор-тив-ныхсудей |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|  | Городской фестиваль чемпионов ВФСК ГТО "Игры ГТО"Алтайский край, г. Барнаул, 1-й Балтийский проезд 9, СК «Темп» | Л\К | 50 | 7 | 6/6 | 1 |  |  | Мужчин и женщины 20-49 лет | 22 марта | Дистанция-группа, «Гонка ГТО, классика» | 1960001311Я | 1/54 |

**V. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Фестиваль проводится 22 марта 2025 года с 14:00ч. до 18:00ч по адресу город Барнаул, 1-й Балтийский проезд 9, СК «Темп».

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

Фестиваль проводится среди граждан Российской Федерации, систематически занимающихся физической культурой и спортом и зарегистрированных на Всероссийском интернет-портале ВФСК ГТО по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [www.gto.ru](http://www.gto.ru),и имеющих уникальный идентификационный номер участника (УИН), медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

К участию в Фестивале допускаются:

Сборные команды направившие свои заявки в установленные сроки и в соответствии с требованиями настоящего положения.

Команды формируются в следующих возрастных группах:

20-24 лет (VIII ступень комплекса ГТО);

25-29 лет (IX ступень комплекса ГТО);

30-34 лет (X ступень комплекса ГТО);

35-39 лет (XI ступень комплекса ГТО);

40-44 лет (XII ступень комплекса ГТО);

45-49 лет (XIII ступень комплекса ГТО);

Возраст участников определяется на последний день соревнований,

22 марта 2025 года.

Состав команды включает 7 человек, 1 тренер и 6 участников

- 1 мужчина и 1 женщина 20-29 лет;

- 1 мужчина и 1женщина 30-39 лет;

- 1 мужчина и 1 женщина 40-49 лет.

**VII. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЯ**

**22 марта (суббота)**

13:30 - 14:00 - регистрация команд-участниц;

14:00 - 14:10 - открытие соревнования;

14:10 - 17:20 - выполнение упражнений командами;

17:30 - 18:00 - закрытие фестиваля, награждение.

**1 вид программы «Гонка ГТО, классика».**

Соревнование лично-командное, участвуют все участники команды. Очередность выступления по этапам:

Участники поочередно правильно выполняют упражнения за максимально короткое время:

1. **«Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»**

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами 3 раза (жен 150 см. муж 180 см)

После выполнения прыжка участник выходит вперед из сектора для прыжков, оббегает конус, возвращается на линию отталкивания и выполняет следующую попытку. В случае удачной попытки судья называет счет правильно выполненных попыток, в случае неудачной попытки - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После заключительной попытки участник перебегает на следующий этап гонки. В случае неудачных попыток участник может выполнить дополнительные попытки до заданного числа повторений.

Ошибки, при которых попытка не засчитывается:

 - прыжок с предварительного подскока или отталкиванием одной ногой;

 - заступ за линию отталкивания;

 - выход из сектора в сторону, а не вперед;

- результат прыжка меньше зачетного.

1. **«Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»**.

Необходимо выполнить правильные повторений (жен. 10 раз, муж 20) .

Участник принимает положение упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию.

По команде судьи «Можно», участник начинает выполнять упражнение. При сгибании рук должно произойти касание грудью контактной платформы высотой 5 см, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях.

После каждого правильно выполненного повторения судья называет счет правильно выполненных повторений. Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- нарушение прямой линии туловище - ноги;

- отсутствие касания средней частью груди контактной платформы;

- отсутствие полностью выпрямленных рук при возвращении в исходное положение;

- локти разведены более чем на 45° от туловища.

1. **Рывок гири весом 16 кг (мужчины), приседание с гирей 8 кг(женщины).**

 Участникам необходимо выполнить рывок гири 16 кг для мужчин - 20 повторений и приседание с гирей 8 кг для женщин - 15 повторений. Рывок гири 16 кг. Участник не ждет команду, а сразу приступает к выполнению. Во время каждого повторения нужно поднимать гирю вверх непрерывным движением до полного выпрямления руки и принять положение фиксации (ноги и туловище выпрямлены, рука с гирей вертикальна, все части тела и гиря неподвижны). Как только участник принимает положение фиксации, судья говорит счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой судья подает команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После команды судьи можно опускать гирю вниз (не касаясь туловища) для выполнения следующего подъема. Во время упражнения можно один раз сменить рабочую руку. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

 касание свободной рукой любой части тела;

 не полностью прямая рука при остановке гири наверху с

последующим ее выпрямлением («дожим»);

 отсутствие положения фиксации.

**Приседания с гирей 8 кг.**

Участник поднимает гирю с помоста на уровень груди (можно касаться груди) и принимает исходное положение с полностью прямыми ногами и вертикальным туловищем. По команде судьи «Можно», начинает выполнять упражнение. Приседания выполняется до положения, когда верхняя часть бедра параллельна или ниже параллели с полом. При возвращении в исходное положение нужно полностью выпрямить ноги и принять вертикальное положение туловища.

После каждого правильно выполненного повторения судья подает команду «Есть». Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет» и называет ошибку. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

1. **«Поднимание туловища из положения лежа на спине».**

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине мужчины - 20 повторений.

 Участник принимает исходное положение лежа на гимнастическом мате (или специальной скамье), руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу или скамье. По команде «Можно» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в исходное положение. После каждого повторения (при возвращении в исходное положение) судья называет счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);

- отсутствие касания лопатками мата (специальной скамьи);

- размыкание пальцев «из замка»;

- смещение таза или поднимание таза.

1. **«Прыжки на скакалке».**

Общее количество повторений - 10.

Правила выполнения испытания:

Участник подбегает к месту выполнения упражнения. Прыжки со скакалкой выполняются на двух ногах с одновременным вращением скакалки вперед в течении одной минуты. Оценку результата проводить по количеству прыжков. Разрешается использование скакалки с счетчиком оборотов. Запрещается выполнять более одного оборота скакалки во время прыжка.

**Возвратный бег.**

В «Гонке ГТО - классика» предусмотрена система штрафов:

- фальстарт или необбегание поворотного конуса + 5 сек;

- участник не выполнил нужное количество повторений + 10 сек.

За каждое невыполненное повторение.

При определении результата время прохождения «Гонки ГТО» суммируется со штрафными секундами всех участников.

**2 вид программы «одна тонна»**

Выполнить подъем снаряда над головой, общий вес на команду 1 тонна.

Поднятие различных снарядов над головой (гири, гантели, штанги,

набивные мячи).

- Количество попыток неограниченно.

Результатом является сумма поднятых и зафиксированных судьей весов каждого участника команды.

**Правила выполнения испытания:**

Участник, приняв исходное положение, ноги на ширине плеч руки опущены вниз не дожидаясь команды, сразу приступает к выполнению.

Взяв снаряд двумя руками участнику необходимо поднять его вверх непрерывным движением до полного выпрямления рук в локтевых суставах и принять положение фиксации (ноги и туловище выпрямлены, руки с диском вертикальны, все части тела и диск неподвижны). Как только участник принимает положение фиксации, судья говорит счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой судья подает команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После команды судьи можно опускать диск вниз до касания помоста любой частью диска.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

 не полностью выпрямлены руки при остановке наверху;

 нет касания помоста диском;

 ноги, туловище не выпрямлены;

 упражнение выполняется без команды судьи.

**Личный зачет** по итогам соревнований в многоборье ГТО подводится раздельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной ступени. Победители определяются по наилучшему времени «Гонки ГТО, классика».

Победители **командного зачета** эстафеты ГТО среди команд определяются по наименьшему затраченному времени прохождения 2х видов эстафеты всеми участниками команды с учетом штрафов.

**VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды, занявшие 1, 2 и 3 места по итогам награждаются кубками и дипломами, а участники команд медалями организаторов Фестиваля.

Личный зачет, занявшие 1, 2 и 3 места по итогам награждаются дипломами и сувенирными медалями организаторов Фестиваля.

**IX. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ**

Заявку с медицинским допуском на участие в фестивале (Приложение №1), личную заявку участника и согласие на обработку персональных данных (Приложение №2,) необходимо направить в МАУ «Центр спортивно-массовой работы и тестирования ВФСК «ГТО» на электронный адрес: gtobuh@gmail.com или лично принести на Молодежную, 2, тел. для справок - 556-878. Срок до **20.03.2025 года**

**X. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы на оплату питания судей, волонтеров, обслуживающего персонала, озвучивания мероприятия, доставке необходимого спортивного инвентаря, услуги по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности на объекте спорта, по предоставлению наградного материала и врача осуществляет муниципальное автономное учреждение «Центр спортивно-массовой работы и тестирования ВФСК «Готов к труду и обороне» в рамках утвержденного размера субсидии на финансовое обеспечение выполнения работ по организации и проведению официальных муниципальных физкультурных мероприятий и спортивных соревнований, на основании приказа комитета по физической культуре и спорту города Барнаула.

Все расходы по командированию (проживание, питание, проезд, страхование) участников и тренеров несут командирующие организации.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СПОРТИВНОЕ СОРЕВНОВАНИЕ.**

Приложение 1

**ЗАЯВКА**

от команды

на участие в городском фестивале чемпионов ВФСК ГТО

 "Игры ГТО"

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя, отчество | Число, месяц, год рождения | Документ удостоверяющий личность *(серия, номер, кем и когда выдан)* | Подпись и печать врача, о допуске |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |

К участию в соревнованиях допускается человек

(подпись врача, печать мед. учреждения)

Представитель команды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (подпись)

 Дата \_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_