

Утверждаю:  
Заведующий отделом образования  
АМО «Котласский муниципальный район»  
М.В.Иванова  
20.02.2020г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### О зимнем фестивале ВФСК «ГТО» среди обучающихся общеобразовательных организаций Котласского района, посвященного 75-ой годовщине Великой Победы

#### 1. Цели и задачи:

- продвижение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Котласском районе;
- вовлечение обучающихся общеобразовательных организаций к занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация и пропаганда здорового образа жизни;
- комплексное решение проблем двигательной активности и укрепления здоровья обучающихся;
- укрепление позитивного имиджа общеобразовательных организаций, как организаций здорового образа жизни;
- стимулирование педагогической деятельности руководителей и педагогов общеобразовательных организаций в части совершенствования внеклассной физкультурно-оздоровительной работы;

#### 2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Зимний Фестиваль ВФСК «ГТО» проводится в пос. Приводино, на ФОКе **12 марта 2020 года.**

Судейская в 9 час.00 мин., начало соревнований в 9 час.30 мин.

Главный судья – Нерадовская Наталья Геннадьевна. Судьи по видам спорта – учителя физической культуры.

#### 3. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И ПРОГРАММА:

К участию в Фестивале допускаются обучающиеся общеобразовательных организаций Котласского района, относящиеся ко II (9-10 лет) – VI (18-24 лет) ступеням комплекса ГТО, прошедшие медосмотр и зарегистрированные в АИС ГТО (на портале gto.ru).

Состав команды 10 человек, в следующем соотношении:

- II ступень (9-10 лет) мальчик, девочка
- III ступень (11-12 лет) мальчик, девочка
- IV ступень (13-15 лет) мальчик, девочка
- V ступень (16-17 лет) юноша, девушка
- VI ступень (18-24 лет) юноша, девушка

Выполнение видов испытаний (тестов) ВФСК ГТО включает в себя:

- бег на лыжах от 1 до 5 км (согласно ступени комплекса ВФСК «ГТО»);
- подтягивание на высокой перекладине (мальчики – 3 мин., юноши – 4 мин.);
- сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки – 3 мин. девушки – 4 мин.);
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами ;
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

Правила выполнения упражнений представлены в Приложении № 1.

#### 4. Подведение итогов:

Победитель в личном первенстве определяется отдельно среди юношей и девушек по наименьшей сумме мест по 5 видам испытаний:

- у юношей в лыжных гонках, подтягивании на высокой перекладине, прыжке в длину с места толчком двумя ногами, поднимании туловища из положения лежа на спине, наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;

- у девушек в лыжных гонках, в сгибании-разгибании рук в упоре лежа на полу, прыжке в длину с места толчком двумя ногами, поднимании туловища из положения лежа на спине, наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;

При равенстве баллов у двух и более участников, преимущество отдается участнику – показавшему лучший результат в лыжных гонках, подтягивании/сгибании-разгибании рук в упоре лежа, в прыжках в длину и т.д.

Командное первенство определяется по сумме лучших итоговых мест 8 человек (4 юношей и 4 девушек).

#### **5. НАГРАЖДЕНИЕ:**

Участники, занявшие призовые места награждаются грамотами и медалями. Команда, занявшая первое место – кубком и дипломом, команды, занявшие 2 и 3 места – грамотами.

#### **6. РАСХОДЫ:**

Расходы по организации и проведению соревнований, материальному обеспечению участников несёт МОУ ДО «ДЮСШ». По проезду команд - командирующие организации.

#### **7. ЗАЯВКИ:**

Именные заявки установленной формы, заверенные врачом, подаются главному судье в день соревнований.

Предварительные заявки на участие подаются до **10 марта 2020 года** по тел: 3-47-65 или эл.почте: [nasds60@yandex.ru](mailto:nasds60@yandex.ru) (форма заявки в приложении № 2)

Директор МОУ ДО «ДЮСШ» -

Н.Г.Нерадовская