

Утверждаю:

Директор МКУ «Комитет по делам  
Физической культуры и спорта  
Рыбинского района»

К.Е. Серостьянов

«13» февраля 2017 года



### Положение

**о Районном зимнем фестивале Всероссийского физкультурно –  
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)  
среди VI-X ступеней**

## **1. Цели и задачи**

Районный зимний фестиваль Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди 6- 10 ступеней Рыбинского района, проводится с целью:

- вовлечения населения района в занятия физической культуры и спортом;
- популяризации здорового образа жизни среди населения района;
- комплексного решения проблем двигательной активности и укрепления здоровья населения.

## **2. Время и место проведения**

Фестиваль проводится 01 марта 2017 года в здании Центра тестирования ВФСК ГТО Рыбинского района. г. Заозерный, ул. Смирнова 38 а

Начало - 11.00 часов.

Регистрация участников - 10.00 часов.

## **3. Руководство подготовкой и проведением соревнований.**

Организатором фестиваля и общее руководство возлагается на Центр тестирования ВФСК ГТО Рыбинского района.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую бригаду.

## **4. Требования к участникам и условия их допуска.**

К участию Фестиваля допускаются все желающие 18-69 лет, относящиеся VI - X ступеням комплекса ГТО. (1м+ 1ж от каждой ступеней)

К участию Фестиваля допускаются участники основной медицинской группы, прошедшие регистрацию на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и получившие **id-номер**.

На месте проведения соревнований в комиссию представляются следующие документы:

- паспорт(оригинал и копия);
- согласие на обработку персональных данных;
- заявка (приложение )

## 5. Программа фестиваля

Программа фестиваля:

п/п	VI ступень (18-29 лет) Виды испытаний	VII ступень (30-39 лет) Виды испытаний	VIII ступень (40-49 лет) Виды испытаний	IX ступень (50-59 лет) Виды испытаний	X ступень (60-69 лет) Виды испытаний
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок 16 кг (мужчины)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок 16 кг (мужчины)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок 16 кг (мужчины)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок 16 кг (мужчины)	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок 16 кг (мужчины)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (женщины)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (женщины)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (женщины)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (женщины)	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (женщины)
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке
3	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Поднимание туловища из положения лежа на спине			
4	Стрельба из электронного оружия сидя с упором локтей о стол, дистанция 10 м	Стрельба из электронного оружия сидя с упором локтей о стол, дистанция 10 м	Стрельба из электронного оружия сидя с упором локтей о стол, дистанция 10 м	Стрельба из электронного оружия сидя с упором локтей о стол, дистанция 10 м	Стрельба из электронного оружия сидя с упором локтей о стол, дистанция 10 м

Виды испытаний и нормативы в программе Фестиваля соответствуют Государственным требованиям к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Министерства спорта России от 08.07.2014 г. № 575.

## **6. Награждение.**

Участники, принявшие участие и выполнившие нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО получают путевки на зимний Краевой фестиваль ГТО.

## **7. Условия финансирования.**

Расходы по организации и проведению Фестиваля осуществляются за счет МБУ «Спортивная школа Рыбинского района» и Центра тестирования ВФСК ГТО Рыбинского района.

## **9. Заявки на участие.**

Предварительная заявка (приложение) на участие в Фестивале направляется до 01 марта 2017 года:

Центр тестирования норм ГТО – Вершинину Александру Петровичу, по адресу: г. Заозерный, ул.Смирнова, 38а, по тел. (39165)20229, e-mail: centr-gto@mail.ru

*Приложение  
к положению о зимнем районном  
Фестивале Всероссийского  
физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО)*

**ЗАЯВКА**  
на участие в зимнем районном Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к  
труду и обороне» (ГТО) среди VI-X ступеней.  
(Наименование муниципального  
образования)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ИД номер в АИС ГТО	Название организации (в соответствии с Уставом)	Виза врача
1.					допущен. подпись врача. дата. печать напротив каждого участника
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО \_\_\_\_\_  
(прописью)

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(ФИО) (подпись)  
ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

\_\_\_\_\_ (Ф.И.О. подпись, телефон)

М.П.

