

«Согласовано»

Начальник отдела ФК и спорта
администрации Ленинградского
муниципального округа

А.Ю. Подкидышев

«12» _____ 2025 г

«Утверждаю»

Руководитель МКУ «Центр ФМСР»
муниципального образования
Ленинградский район

Н.И. Крамаренко

«13» _____ 2025 г

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди трудовых коллективов, посвященного празднованию 80-летия Победы
советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов, посвященный празднованию 80-летия Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов (далее соответственно – Фестиваль, комплекс ГТО) проводится в соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.11.2015 N 2390-р (ред. от 31.10.2022) «О Перечне официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, подлежащих обязательному ежегодному включению в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий».

Цель Фестиваля:

- повышение эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного и всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан, осуществляющих трудовую деятельность, к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- обеспечение системных условий для эффективного развития физической культуры и спорта среди трудящихся;
- обеспечение широкого развития физической культуры и спорта среди активного (трудящегося) населения, используя физическую культуру и спорт, как одно из важнейших средств повышения уровня жизни граждан, улучшения их здоровья и повышения ожидаемой продолжительности жизни, обеспечения комфортной среды и создания условий для самореализации граждан (в том числе формирование механизмов поиска и поддержки талантов), решения социальных проблем, развития гражданского общества;
- содействие развитию корпоративного спорта, улучшение условий труда и среды обитания, повышение лояльности работников и их стрессоустойчивости,

увеличение спроса на физкультурно-спортивные товары и услуги, создание новых рабочих мест, развитие способности привлекать и удерживать более квалифицированных и перспективных работников, построение эффективных команд, постоянное совершенствование форм и методов управления персоналом.

Задачи Фестиваля:

- пропаганда комплекса ГТО как основного инструмента по привлечению трудящихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- совершенствование форм организации массовой физкультурно-спортивной работы в отрасли корпоративного спорта;
- формирование здорового образа жизни, физической и нравственной закалки среди спортсменов-любителей;
- пропаганда здорового образа жизни;
- повышение внимания работодателей к созданию условий в трудовых коллективах для занятия физической культурой и спортом работников, созданию физкультурно-спортивных клубов на предприятиях;
- сплочение сотрудников компаний в условиях спортивной борьбы;
- формирование атмосферы доброжелательности и сотрудничества между участниками Фестиваля.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Фестиваль проходит в два этапа:

I этап – муниципальный – проводится **08 февраля 2025 года в 10.00 часов** по адресу: ст. Ленинградская, ул. Ленина, 96 Б/3 – СК «Лидер».

II этап – краевой – состоится 15 февраля 2025 года в г. Славянск-на-Кубани.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Отдел физической культуры и спорта администрации Ленинградского муниципального округа определяет условия проведения физкультурных соревнований, предусмотренных данным положением.

Ответственность за организацию и проведение муниципального этапа Фестиваля, сбор предварительных заявок, отчетов и формирование судейской бригады возлагается на муниципальное казенное учреждение «Центр физкультурно-массовой и спортивной работы с населением муниципального образования Ленинградский район» (далее – МКУ «Центр ФМСР»).

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Фестиваль проводится среди трудящихся:

- работники предприятий (организаций, учреждений) независимо от организационно-правовой формы.

К участию в муниципальном этапе Фестиваля допускаются сборные команды от предприятий (организаций, учреждений), сформированных из числа штатных работников в возрасте от 25 до 59 лет в следующих возрастных группах:

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

Состав команды включает 8 человек от предприятия (организации, учреждения), в том числе 1 мужчина, 1 женщина – 25-34 лет; 1 мужчина, 1 женщина – 35-44 лет; 1 мужчина, 1 женщина – 45-54 лет; 1 мужчина, 1 женщина – 55-64 лет. Руководитель (представитель) команды определяется из числа участников команды.

Руководитель (представитель) несет ответственность за соблюдение всеми членами команды требований, настоящего Положения, регламентов и мер безопасности.

Руководитель (представитель) обязан:

- своевременно информировать членов команд о результатах жеребьевки и обо всех, относящихся к ним, распоряжениях Организационного комитета;
- обеспечивать своевременное прибытие членов команды к месту проведения соревнований;
- обеспечивать участие членов команды в открытии и закрытии Фестиваля, награждении победителей и призеров Фестиваля.

Участник обязан:

- не допускать действий, которые могут помешать другим участникам во время соревнований;
- соблюдать нормы спортивной этики.

Участник имеет право:

- обращаться к Организационному комитету с вопросами, относящимися к конкретному виду программы.

В состав команды включаются штатные работники одного предприятия (организации, учреждения), включая его филиалы и дочерние подразделения, проработавшие не менее 6 месяцев на этом предприятии, выполнившие нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на знак отличия в соответствующей или предшествующей ступени комплекса ГТО.

Состав команды Фестиваля формируется решением руководства предприятия (организации, учреждения) по итогам отборочных состязаний по видам испытаний (тестов) комплекса ГТО, включенным в программу Фестиваля.

К участию во II этапе Фестиваля допускаются команды - победители муниципальных этапов, направивших соответствующие требованиям Положения заявки в установленные сроки.

К участию в Фестивале не допускаются:

- лица, не зарегистрированные на сайте gto.ru в установленном порядке;

– лица, не имеющие медицинский допуск к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Возраст участников Фестиваля в соответствующей ступени комплекса ГТО определяется на дату завершения Всероссийского этапа Фестиваля.

V. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Гонка ГТО (эстафета) – соревнования командные. В гонке ГТО (эстафете) участвуют все команды.

Порядок формирования забегов определяется путем жеребьевки.

Порядок прохождения гонки ГТО (эстафеты) участниками:

1 пара - женщина 25-34 лет, мужчина 25-34 лет;

2 пара - женщина 35-44 лет, мужчина 35-44 лет;

3 пара - женщина 45-54 лет, мужчина 45-54 лет;

4 пара - женщина 55-64 лет, мужчина 55-64 лет.

Участники проходят 5 этапов дистанции на скорость (с наименьшими время затратами).

Судья подает команду и включает секундомер, первая пара вместе проходит все этапы по своей дорожке, после прохождения 5-ой станции возвращаются на линию старта/финиша и передают эстафету второй паре. Вторая пара стартует только после пересечения линии старта/финиша двух участников. Таким образом эстафету проходят все участники команды. Судья останавливает секундомер после возвращения в зону старта последнего участника команды.

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

Переход от одного этапа к следующему осуществляется только после прохождения этапа двумя участниками.

Начинать выполнение испытания можно только, когда оба участника находятся около станции.

Судьи на дистанции фиксируют нарушения:

- за невыполнение вида/ выполнение более 50 % норматива – 120 секунд штрафного времени;

- за отказ от выполнения любого вида/ выполнение менее 50% норматива – 300 секунд штрафного времени.

Каждой паре участников необходимо пройти следующие станции:

1 станция: «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»

Испытание выполняют все пары, кроме последней (55-64 лет).

Последняя пара пробегает мимо, начиная выполнение испытаний на второй станции.

Участникам необходимо выполнить прыжок в длину с места толчком двумя ногами каждому по 3 раза мужчинам на расстояние 160 см, женщинам 140 см.

Каждому участнику дается 5 попыток.

Каждый прыжок осуществляется с линии старта станции.

Попытки не засчитываются:

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- отталкивание с предварительного подскока;
- поочередное отталкивание ногами;
- прыжок меньше заданного расстояния;
- возвращение на линию старта по дорожке для прыжка, переступание

перекладины.

После прохождения 1 станции и команды судьи «Дальше!» участники перебегают короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступают к преодолению 2 станции.

2 станция: «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»

Участники выполняют испытание по очереди, мужчине необходимо выполнить 15 повторений, женщине 10.

Участник выполняет испытание из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разогнуты, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, участник касается грудью контактной платформы, затем выпрямляет руки и возвращается в исходное положение и продолжает выполнение испытания.

Повторения не засчитываются:

- нарушение прямой линии «плечи-туловище-ноги»;
- поочередное разгибание рук;
- руки не полностью выпрямляются в локтях;
- в случае отдыха между отжиманиями в изголовье «домиком» первое отжимание после него не засчитывается;
- отсутствие фиксации в верхнем положении;
- в случае отрыва одной конечности от платформы или касания платформы другой частью тела испытание считается завершенным.

После прохождения 2 станции, и команды судьи «Дальше!», участники пробегают короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступают к преодолению 3 станции.

3 станция: «Бег с отягощением»

Первая стартует женщина, от линии старта по команде пробегает 8 метров с отягощением в руках (диск для штанги 5 кг), оставляет его за отметкой (8 м) и возвращается к линии старта, второй участник (мужчина) с отягощением в руках (10 кг) пробегает 10 метров, оставляет за отметкой (10 м) и бежит обратно.

Затем снова первая участница бежит за отметку 8 метров, забирает свое отягощение и возвращается обратно, после стартует мужчина, добегающий до отметки 10

метров забирает отягощение и возвращается с ним к линии страта. До следующей станции они бегут вместе без отягощения.

4 станция: «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Участники выполняют поднимание туловища из положения лежа на спине мужчина – 20 раз, женщина – 15 раз, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища и возвратов.

Смена партнеров происходит только по завершении выполнения испытания первым участником.

Испытание выполняется из исходного положения: лежа на спине, руки за головой «в замок», лопатки касаются платформы, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу. По команде «Можно» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в исходное положение.

Повторение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками платформы;
- размыкание пальцев «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза);
- изменение прямого угла согнутых ног.

После прохождения 4 станции и команды судьи «Дальше!» участники перебегают короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступают к преодолению 5 станции.

5 станция: «Приседание»

Приседание выполняется из исходного положения: ноги на ширине плеч, стопы чуть разведены в стороны.

Участники встают лицом друг к другу, между ними стоит барьер. Задача участников одновременно присесть, коснувшись ладонями друг друга под барьером и подняться до исходного положения, полностью выпрямив ноги.

Приседание осуществляется до тех пор, пока таз не опустится ниже линии колен (90 градусов).

Количество приседаний 15 раз.

После каждого повторения судья озвучивает количество раз, если повторение выполнено без ошибок, или команду «Нет», называет ошибку и количество правильных повторений.

Повторение не засчитывается:

- не было касания ладоней под барьером (касание осуществляется обеими руками);
- приседание сделано не до конца (таз не опущен ниже уровня колен – меньше 90 градусов).

После прохождения 5 станции оба участника взявшись за руки оббегают фишку и возвращаются в зону старта/финиша по полосе препятствий с легкоатлетическими барьерами. Полоса состоит из легкоатлетических барьеров. Задача участников преодолеть барьеры сверху взявшись за руки. Прыжки через барьеры не допускаются.

Участники возвращаются в зону старта/финиша взявшись за руки.

За невыполнение вида или размыкание рук начисляется 30 секунд штрафного времени.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Общекомандный зачет определяется по наименьшей сумме времени, затраченному командой на каждом виде испытания плюс штрафные секунды.

В случае равенства сумм очков у двух или более команд преимущество получает команда, у которой меньшее количество штрафного времени.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1, 2 и 3 места в общекомандном зачете муниципального этапа Фестиваля, награждаются грамотами и медалями отдела физической культуры и спорта администрации Ленинградского муниципального округа.

Команда-победитель муниципального этапа Фестиваля получает возможность участия в краевом этапе фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с организацией мероприятия и награждением победителей и призеров осуществляется за счет средств МКУ «Центр физкультурно-массовой и спортивной работы с населением муниципального образования Ленинградский район».

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях Ленинградского муниципального округа, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

Ответственные исполнители: организаторы соревнований, собственник (пользователь) спортивного объекта, главный спортивный судья по виду.

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 в физкультурных и спортивных мероприятиях».

Х. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Подтверждение об участии команды в муниципальном этапе Фестиваля необходимо направить в МКУ «Центр ФМСР» до **27 января 2025 г.** на адрес электронной почты: lensport17@mail.ru.

Контактное лицо – инструктор-методист– Колупаева Екатерина Сергеевна, тел. 8 (86145) 3-82-00.

В день соревнований в комиссию по допуску участников к соревнованиям необходимо предоставить:

- именная заявка, заверенная врачом и руководителем, в напечатанном виде по форме (приложение 1);
- документы на каждого участника: паспорт (оригинал);
- согласие на обработку персональных данных (приложение 2);
- медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО на каждого участника, выданное лечебным учреждением на основании приказа Минздрава России от 23.10.2020 №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 в физкультурных и спортивных мероприятиях».

Примечание: фамилию, имя и отчество в заявках необходимо указывать полностью.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ
ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ**

ЗАЯВКА
на участие в муниципальном этапе фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди трудовых коллективов, посвященном празднованию 80-летия Победы
советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов

(наименование организации)

Представитель команды _____

№ п/п	Ф.И.О. полностью	Дата рождения	УИН	Домашний адрес (регистрация по месту жительства, дата регистрации	№ паспорта, кем и когда выдан	Виза врача о допуске, печать

Перечисленные в списке _____ участников прошли надлежащую подготовку, к соревнованиям допускаются.

Врач _____ / _____ / _____ МП
 (подпись) (расшифровка подписи) лечебного учреждения

Руководитель _____ / _____ /
 (подпись) (расшифровка подписи)

Контактный телефон представителя команды: _____

ОТМЕТКА О ПРОХОЖДЕНИИ КОМИССИИ ПО ДОПУСКУ УЧАСТНИКОВ

Допуск к Фестивалю	Отметка о прохождении мандатной комиссии соответствующего этапа	Примечание
Итого допущено _____ чел.	Гл. судья _____ / _____	

Приложение № 2

В муниципальное казенное учреждение «Центр
физкультурно-массовой и спортивной работы с
населением муниципального образования
Ленинградский район»
от

(Ф.И.О. гражданина)

Номер телефона:

Адрес электронной почты: _____

Почтовый адрес: _____

СОГЛАСИЕ
на обработку персональных данных

Я, _____,
(фамилия, имя, отчество субъекта персональных данных)

в соответствии с п. 4 ст. 9 Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»,
зарегистрирован по адресу: _____,
документ, удостоверяющий личность: _____,
(наименование документа, №, сведения о дате выдачи документа и выдавшем его органе) в целях
учета бюджетных обязательств даю согласие муниципальному казенному учреждению «Центру
физкультурно-массовой и спортивной работы с населением муниципального образования
Ленинградский район находящемуся по адресу: ст. Ленинградская, ул. Ленина, 96 Б на обработку
моих персональных данных, а именно: фамилии, имя, отчество, адрес места жительства, контактные
телефоны, реквизиты паспорта (документа удостоверения личности), сведения о дате выдачи
указанного документа и выдавшем его органе, то есть на совершение действий,
предусмотренных п. 3 ст. 3 Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных
данных».

Настоящее согласие действует со дня его подписания до дня отзыва в письменной форме.

"__" _____ г.

Субъект персональных данных:

(подпись) (Ф.И.О.)