

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель начальника  
Учреждения – начальник отдела  
физической культуры и массового  
спорта МКУ «Управление  
физической культуры и спорта  
Шебекинского городского  
округа Белгородской области»  
Н.В. Пономарева  
«18» 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директора МБУ  
«Центр спортивных сооружений»  
А.В. Белоненко  
«18» 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор автономной некоммерческой  
организации спортивного клуба  
«Шебекино – спорт для всех»  
Б.О. Чекалин  
«18» 2023 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении семейного Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в рамках муниципального проекта «Совершенствование системы социального сопровождения семей военнослужащих, участников СВО»

### 1. Основные положения

Семейный Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Фестиваль) проводится в рамках муниципального проекта «Совершенствование системы социального сопровождения семей военнослужащих, участников СВО» и с целью повышения эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения.

### 2. Цели и задачи Фестиваля

- пропаганда комплекса ГТО как одного из инструментов вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом;
- пропаганда традиционных семейных ценностей, здорового образа жизни;
- поощрение семей за систематические занятия физической культурой и спортом и успешное выполнение нормативов комплекса ВФСК ГТО.

### 3. Руководство проведением Фестиваля

Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля осуществляет МКУ «Управление физической культуры и спортом». Непосредственное проведение, организационное и методическое обеспечение Фестиваля возлагается на ШМБУ «СК «Юность», главную судейскую коллегию.

Главный судья Фестиваля – Оскочная Ирина Александровна.

### 4. Место и время проведения Фестиваля

Фестиваль проводится 24 сентября 2023 года на базе физкультурно-оздоровительного комплекса «Пристань спорта» (пос. Маслова Пристань, ул. 72-й Гвардейской Дивизии, 87).

Начало регистрации участников – с 14.30 час.

Начало Фестиваля – с 15.00 час.

### 5. Требования к участникам Фестиваля

К участию в Фестивале допускаются семьи военнослужащих, участников СВО. Соревнования командные, команда состоит из ребенка (мальчик или девочка в возрасте от 10 до 15 лет, мама).

Документы, предъявляемые при регистрации:

- паспорт (свидетельство о рождении) на каждого участника Фестиваля;

- справка из медицинского учреждения о состоянии здоровья всех участников команды.

Обязательно наличие второй обуви.

### 6. Программа Фестиваля «Гонка ГТО»

«Гонка ГТО» включает в себя 4 этапа.

#### Юноши:

1 этап - 5 прыжков с места на расстояние 170 см,

2 этап - сгибание и разгибание рук в упоре лежа – 15 повторений;

3 этап - поднимание туловища из положения лежа на спине – 30 повторений;

4 этап – приседание с утяжелителем 5 кг – 10 повторений.

#### Девушки:

1 этап - 5 прыжков с места на расстояние 160 см,

2 этап - сгибание и разгибание рук в упоре лежа – 10 повторений;

3 этап - поднимание туловища из положения лежа на спине – 35 повторений;

4 этап – приседание с утяжелителем 5 кг – 10 повторений.

Все этапы у юношей и у девушек расположены на прямой линии. Нужно пройти все этапы и вернуться на линию старта. Результаты Фестиваля определяются по времени ее прохождения.

В Фестивале предусмотрена система штрафов:

- фальстарт + 5 сек;

- участник не сделал нужное количество повторений + 10 сек. за каждое пропущенное повторение.

При определении результата время прохождения Фестиваля суммируется со штрафными секундами всех участников.

Фестиваль проводится в виде командных соревнований. Командные соревнования представляют собой эстафету. Сначала дистанцию преодолевают девушки, потом юноши.

#### **7. Условия подведения итогов**

Победители в командном зачёте определяются по наименьшему затраченному времени на прохождение всех этапов.

В случае одинакового итогового времени, преимущество получает команда, у которой меньше штрафных секунд.

#### **8. Награждение**

Команды, занявшие 1, 2 и 3 место по итогам командного зачета Фестиваля, награждаются ценными призами. Остальные участники получают сладкие призы.

#### **9. Условия финансирования**

Расходы по обеспечению работы судейского аппарата, а также связанные с награждением победителей и призеров Фестиваля, несет автономная некоммерческая организация спортивный клуб «Шебекино-спорт для всех».

#### **10. Подача заявок на участие**

Предварительные заявки на участие в Фестивале направляются по форме согласно Приложению до 21 сентября 2023 года на электронный адрес: [rct\\_gto@mail.ru](mailto:rct_gto@mail.ru).