

**«УТВЕРЖДАЮ»**
Министр по физической
культуре и спорту
Республики Саха (Якутия)
Л.Н. Спиридонов
_____ 2023 года.

ПОЛОЖЕНИЕ

**Гонка Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) "Молодежь Якутии! Мы ГоТоВы!"
в Республике Саха (Якутия) в рамках молодежного фестиваля «МУУС
УСТАР».**

г. Якутск, 2023 год

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Министерство по физической культуре и спорту Республики Саха (Якутия) в лице Государственное бюджетное учреждение Республики Саха (Якутия) «Управление физической культуры и массового спорта» - Региональный оператор Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Республике Саха (Якутия) (далее ГБУ РС (Я) «УФК и МС»), совместно с Министерством по делам молодежи и социальным коммуникациям Республики Саха (Якутия) проводит Гонку Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Молодежь Якутии! Мы ГоТОВы!» в Республике Саха (Якутия) (далее Гонка ГТО) в рамках молодежного фестиваля МУУС УСТАР» 2023.

Цель:

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:

- совершенствование форм и методов физкультурно – спортивной и оздоровительной работы;
- создание условий, мотивирующих различные категории населения к занятиям физической культурой и спортом;
- мониторинг уровня физического развития и физической подготовленности населения в возрасте от 18 до 29 лет по результатам выполнения ими испытаний комплекса ГТО;
- формирование активной гражданской позиции молодёжи и гражданско – патриотического воспитания.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Гонка ГТО проводится в два этапа.

I этап – муниципальный (отборочный) – проводится во всех муниципальных образованиях и городских округах Республики Саха (Якутия), в срок до 16 марта 2023 года.

II этап – региональный (финал) проводится 24 марта 2023 г. в г. Якутске, Дворец спорта 50 лет Победы.

Ответственные: Министерство по физической культуре и спорту Республики Саха (Якутия), ГБУ РС(Я) «Управление физической культуры и массового спорта».

III. ОРГАНИЗАТОРЫ

Общее руководство проведением Гонки ГТО осуществляют Министерство по физической культуре и спорту Республики Саха (Якутия);

Организация и проведение I муниципального этапа возлагается на глав муниципальных образований и городских округов Республики Саха (Якутия). Для проведения разрабатываются соответствующие положения о муниципальных этапах.

Координатор: Региональный центр ВФСК ГТО Республики Саха (Якутия), контактные данные: 8 (411-2) 31-81-83 (доп. 202), электронный адрес: sakha.gto@gmail.com

Состав судейской бригады по видам испытаний формируются из числа судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, дисциплины и упражнения которых входят в состав комплекса ГТО, и специалисты прошедшие курсы повышения квалификации судья ГТО, в соответствии с методическими рекомендациями по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», утвержденными приказом Министерства спорта России от 01 февраля 2016 года № 70.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Гонка ГТО проводится среди молодежи Республики Саха (Якутия), систематически занимающихся физической культурой и спортом, и успешно выполнивших нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО с результатами, соответствующими бронзовому, серебряному и золотому знаку отличия комплекса ГТО;

I этап – муниципальный (отборочный) – допускаются каждый участник, зарегистрированный в Автоматизированной информационной системе ГТО (АИС ГТО) на сайте: www.gto.ru и имеющий уникальный идентификационный номер участника комплекса ГТО (УИН номер), а также имеющий допуск, к выполнению нормативов испытаний выданный результатами медицинского осмотра.

II этап – региональный (финал) проводится 24 марта 2023 г. в г. Якутске, Дворец спорта 50 лет Победы – к участию допускаются 36 команд из муниципальных образований и городских округов Республики Саха (Якутия);

В состав команды: 4 участника (2 юноши, 2 девушки) от 18 до 29 лет;

Участники должны иметь удостоверение соответствующие бронзовому, серебряному и золотому знаку отличия или выписка из программы АИС ГТО о выполнении испытаний комплекса ГТО соответствующие к нагрудным знакам ГТО согласно своей возрастной ступени.

V. ПРОГРАММА

Соревнования являются командным.

Спортивная программа Гонки ГТО состоит из испытаний (тестов) комплекса ГТО в виде Эстафеты.

Виды испытаний (юноши):

1. Челночный бег 3*10 м. Количество раз: 1;
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Количество раз: 25;
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Количество раз: 25;
4. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Количество раз: 10;
5. Прыжки через нарты, размер (высота 40 см.), количество раз: 5.
6. Финиш – бег 30 метров.

Виды испытаний (девушки):

1. Челночный бег 3*10 м. Количество раз: 1;
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Количество раз: 10;

3. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Количество раз: 15;
4. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине. Количество раз: 5.
5. Прыжки через нарты, размер (высота 40 см.), количество раз: 5.
6. Финиш – бег 30 метров.

Гонка ГТО проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Министерства спорта России от 12.02.2019 года № 90 (утверждены Министром спорта Российской Федерации 01.02.2018 года).

II этап – региональный (финал) Гонки ГТО:

В предварительном забеге стартуют все команды, из них на финальный забег попадают команды, занявшие с 1 по 9 места по итогам предварительных стартов.

- Итоговый общекомандный зачет выводится по наименьшему времени прохождения Гонки ГТО.

- Команды, не попавшие в число 9 команд после предварительных забегов, занимаемые места начинается 10, 11, 12 ... и.т. далее места.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители в командном соревновании определяются по наименьшему затраченному времени на прохождение всех этапов всеми участниками команды.

После каждого повторения упражнений судья называет «Счет», если повторения выполнено безошибочно, или говорить «Нет», называет ошибку и количество правильно выполненных повторений.

Участник выполняет заданную количество упражнение согласно Положения.

Система штрафов:

1. За невыполнение нужного количество повторений: + 10 секунд за каждое не выполненное повторение;
2. Касание нарты: + 5 секунд за каждое касание.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1, 2, 3, места награждаются медалями, дипломами, кубком организаторов Состязание ГТО.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Условия финансирования расходы, связанные с командированием участников (проезд, проживание, питание) несет непосредственно участники соревнований и командирующие их организации.

Оплатой работы судейского, медицинского и обслуживающего персонала, расходы, связанные с наградной атрибутикой (медали, грамоты, кубки) несет Оргкомитет.

IX. МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧАСТНИКОВ

Оказание медицинской помощи на соревнованиях осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144 н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающихся 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» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях.

X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Участие в Состязание ГТО осуществляется только при наличии оригинала договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника.

XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Все участники должны быть зарегистрированы на Всероссийском интернет – портале ВФСК ГТО (www.gto.ru), иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН) и выполнить нормативы комплекса ГТО на бронзовый, серебряный и золотой знак отличия комплекса ГТО.

Заявки на участие, подписанные руководителем, содержащие отметки врача о допуске каждого участника к соревнованиям, предоставляются в комиссию по допуску участников по электронному адресу sakha.gto@gmail.com за 7 дней до начала, оригинал заявки в день соревнования судейскую комиссию.

К заявке прилагаются следующие документы на каждого участника:

- оригинал заявки, заверенный руководителем либо иным уполномоченным лицом командирующей стороны;
- паспорт или документ, удостоверяющий личность каждого участника;
- полис (оригинал) страхования жизни и здоровья участника от несчастных случаев на период проведения Фестиваля;
- копию полиса обязательного медицинского страхования участника.
- допуск к выполнению нормативов испытаний выданный по результатам медицинского осмотра;
- удостоверение бронзового, серебряного и золотого знака отличия комплекса ГТО или выписка из программы АИС ГТО о присвоении (или соответствует) знака комплекса ГТО согласно своей возрастной ступени.

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

в Гонке Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Молодежь Якутии! Мы ГОТОВЫ!» в Республике Саха (Якутия)

наименование команды МО и ГО Республики Саха (Якутия)

№	ФИО	Число, месяц, год рождения	УИН участника	Степень комплекса ГТО	Допуск врача, дата, подпись, печать
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					

Уполномоченное лицо командирующей стороны:

дата, ФИО, подпись / _____ / М.П.

контактные данные представителя: _____ (телефон, эл. почта)

Допущено к участию _____ человек

Врач _____ / _____ / М.П.

« _____ » _____ 2023 г.

ЛИЧНАЯ КАРТОЧКА УЧАСТНИКА

Команда: _____

Ф.И.О. участника: _____

Пол _____ Возраст _____

УИН: _____ -14- _____

Срок проведения: « _____ » _____ 2023 года.

Виды испытаний мужчины	Челночный бег	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Прыжки через нарты (высота 40 см.)
	3*10 м.				
	Количество раз: 1	Количество раз: 25	Количество раз: 30	Количество раз: 10	Количество раз: 5.
Виды испытаний женщины	Челночный бег	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	Прыжки через нарты (высота 40 см.)
	3*10 м.				
	Количество раз: 1	Количество раз: 10	Количество раз: 20	Количество раз: 8	Количество раз: 5.
Штрафы					
Виза судьи					

Примечание: Примерное количество участников в муниципальном этапе 500 участника, в финале 144 участника.