

«СОГЛАСОВАНО»

**Заместитель главы администрации
Ракитянского района по социальной
политике
Ракитянского района**

_____ **Р.А.Холодова**
«__» _____ **2023 г.**

«УТВЕРЖДАЮ»

**Начальник управления физической
культуры, спорта и молодежной
политики администрации**

_____ **А.И. Попов**
«__» _____ **2023 г.**

ПОЛОЖЕНИЕ

о Фестивале

**Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди
семейных команд Ракитянского района**

2023 год

1. Цели и задачи

Целью проведения Фестиваля является привлечение различных категорий населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- популяризация комплекса ГТО среди различных возрастных групп населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда традиционных семейных ценностей, здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение семей победителей и призеров, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;

2. МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ И СРОКИ

- Стадион «Факел» с.Дмитриевка. Начало соревнований _____
Регистрация участников с _____ до _____.

3.ОРГАНИЗАТОРЫ

Общее руководство мероприятием осуществляет управление физической культуры, спорта и молодежной политики администрации Ракитянского района, непосредственное руководство муниципальный центр тестирования ВФСК ГТО.

4. ТРЕБОВАНИЕ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Фестивале допускаются семейные команды поселений, предприятий и организаций района (по одной команде от сельских поселений, по 2 команды от городских поселений, по одной от управлений администрации района, возраст участников команды от 8 до 69 лет, имеющие медицинский допуск к участию в комплексе ГТО (Приложение).

Участники команды допускаются в следующих возрастных группах:

- ребенок (девочка или мальчик): **8-11 лет** (вторая, третья ступени комплекса ГТО);

- мать и отец: **25-49 лет** (шестая, седьмая, восьмая ступени комплекса ГТО);

- бабушка или дедушка: **50-69 лет** (девятая, десятая ступени комплекса ГТО).

Состав семьи (команды) **4 человека**, в том числе **4** участника:

1 мужчина (отец) и 1 женщина (мать); 1 ребенок (независимо от пола), 1 мужчина (дедушка) или 1 женщина (бабушка).

Возраст участников в соответствующей ступени комплекса ГТО определяется по состоянию на дату последнего дня соревновательной программы финала Фестиваля.

Все участники Фестиваля до направления предварительной заявки должны в установленном порядке пройти регистрацию на сайте gto.ru и иметь уникальный идентификационный номер (УИН).

К участию в Фестивале не допускаются:

- лица, не зарегистрированные в электронной базе данных ГТО в установленном порядке;

- лица, не имеющие медицинского допуска к выполнению нормативов комплекса ГТО;

- сборные семьи.

Предварительные заявки (по прилагаемой форме) подаются в срок до 09.06.2023г до 12.00 на адрес электронной почты: gto.rakita@mail.ru , а так же в заявке нужно прописать размеры всех участников команды.

5. ПРОГРАММА

Спортивная программа		
№ п/п	Виды спортивной программы	Участники
1	<p>Эстафета «Гонка ГТО»:</p> <p>1 этап: ребенок а) прыжки с места в длину, 120 см, 3 раза. б) преодоление препятствий с подлезанием и перепрыгиванием под препятствиями в) кувырок на мате г) змейка с клюшкой и мячом</p> <p>2 этап: бабушка/дедушка а) перенос мяча на бадминтонной ракетке б) бросок мяча в корзину (3 попытки)</p> <p>3 этап: мама а) бег со скакалкой б) прыжки на гимнастическом мяче в) поднимание туловища из положения лежа на спине пресс (5 раз).</p> <p>4 этап: папа а) прыжки в мешке б) бёрпи (3 раза) в) забить мяч в ворота (1 попытка) г) вернуться к месту старта эстафеты</p>	все участники
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине	мальчики от 8 до 11 лет папы от 25 до 49 лет
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Девочки от 8 до 11 лет, мамы от 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Бабушки и дедушки от 60 до 69 лет
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	все участники
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине	все участники
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	мальчики, девочки 8-11 лет
7	Семейная эстафета: Бег 30 м (ребенок) + бег 60 м (мама) + бег 100 м (папа)	мальчики, девочки 8-11 лет мамы от 25 до 59 лет папы от 25 до 59 лет

6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования являются командными. Участие в программе Фестиваля обязательно для всех членов команды. В командный зачет входят результаты 6 видов испытаний.

7. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Командное первенство – по сумме очков, набранной во всех видах программы Фестиваля всеми участниками команды. При равенстве очков у двух или более команд преимущество отдается команде, имеющей наибольшее число 1, 2, 3 и т.д. личных мест.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1,2,3 места в общекомандном зачете, награждаются кубками, медалями и дипломами.

8. ФИНАНСИРОВАНИЕ

Расходы, связанные с доставкой участников Фестиваля к месту соревнований и обратно, несут командирующие организации.

Расходы, связанные с награждением победителей и призеров Фестиваля, несет управление физической культуры, спорта и молодежной политики администрации Ракитянского района и МБУ ФК «Районный спортивно-оздоровительный центр».

**НАСТОЯЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ
ВЫЗОВОМ ДЛЯ УЧАСТИЯ В ФЕСТИВАЛЕ.**

ЗАЯВКА

на участие в программе фестиваля Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди семейных команд Ракитянского района

	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	Степень	УИН	размер одежды	Виза врача
1						
2						
3						
4						

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО _____ человек(а).

(прописью)

Врач _____ / _____

(ФИО) (подпись)

« ____ » _____ 2023 г.

(М.П. медицинского учреждения)

Руководитель организации _____

М.П. *(подпись. Ф.И.О.)*

« ____ » _____ 2023 г.