

УТВЕРЖДАЮ
Начальник Управления
по физической культуре и спорту
Администрации
г.о. Коломна

_____ **Н.А. Сутормин**

« ___ » _____ **2016 г.**

ПОЛОЖЕНИЕ

О Едином дне ГТО среди взрослого трудоспособного населения городского округа Коломна приуроченного к Всемирному дню здоровья

г.о. Коломна
Московская область

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Единый день Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) среди взрослого трудоспособного населения городского округа Коломна, приуроченный к Всемирному дню здоровья

(далее – **Единый день ГТО**), проводится в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – **комплекс ГТО**), утверждённым и.о. руководителя администрации городского округа Коломна от 21 октября 2015г. № 383-р/1-7.

Целью проведения Единого дня ГТО является вовлечение взрослого трудоспособного населения городского округа Коломна в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами Единого дня ГТО являются:

- популяризация комплекса ГТО среди взрослого трудоспособного населения;
- повышение уровня физической подготовленности взрослого трудоспособного населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Единый день ГТО проводится 7 апреля 2016 г., с 14.00 до 17.00 в МБУ «Конькобежный центр «Коломна».

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Организация и проведение Единого дня ГТО возлагаются на Управление по физической культуре и спорта администрации городского округа Коломна, Центр тестирования и оргкомитет.

Непосредственное проведение Единого дня ГТО возлагается на главную судейскую коллегию (далее - ГСК).

Состав ГСК формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Едином дне ГТО допускается взрослое трудоспособное население городского округа Коломна, в возрасте от 30 лет и старше (мужчины и женщины), относящиеся к VII-XI ступеням комплекса ГТО соответственно в составах групп предприятий, учреждений, организаций различных форм собственности и индивидуально, зарегистрированные на интернет-портале ВФСК ГТО, прошедшие медицинский осмотр для допуска к выполнению нормативов комплекса ГТО.

V. ПРОГРАММА Единого дня ГТО

Программа Единого дня ГТО включает спортивную и культурную программы. Спортивная программа состоит из тестов VII-XI ступеней комплекса ГТО.

Культурная программа определяется по усмотрению Оргкомитета и дополняет спортивную программу.

Мужчины

№	Вид испытания (тест)	VII ступень 30-39 лет	VIII ступень 40-49 лет	IX ступень 50-59лет	X ступень 60-69 лет	XI ступень 70 лет и старше
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	+	+	+	-	-
	Или рывок гири 16 кг	+	+	+	-	-
	Или сгибание и разгибание рук в упоре (лежа на полу, о гимнаст. скамью, о сиденье стула)	-	+	+	+	+
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	-	-	-	-
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)	-	+	+	+	+
6.	Плавание	+ 50м	+ 50 м	+ 50 м	+ 25 м	+ 25 м
7.	Стрельба из пневматической винтовки (очки)	10 м с упора	10 м с упора	10 м с опорой локтей	-	-

Женщины

№	Вид испытания (тест)	VII ступень 30-39 лет	VIII ступень 40-49 лет	IX ступень 50-59лет	X ступень 60-69 лет	XI ступень 70 лет и старше
1.	Подтягивание из виса на низкой перекладине (количество раз)	+	+	+	-	-
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	+	+	+	+	+
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	-	-	-	-
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+	+	+	+
6.	Плавание (мин. с)	+	+	+	+	+
		50 м	50 м	50 м	25 м	25 м
7.	Стрельба из пневматической винтовки (очки)	10 м с упора	10 м с упора	10 м с опорой локтей	-	-

Условия проведения соревнований

Единый день ГТО проводится в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренными на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (протокол № 1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1) и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28 мая 2014 г. и 27 августа 2014 года.

Порядок проведения и количество тестов программы Единого дня ГТО определяется в соответствии с Программой Единого дня ГТО.

Порядок проведения Единого дня ГТО:

1. Стрельба из пневматической винтовки;
2. Поднимание туловища из положения лежа на спине;
3. Силовая гимнастика – подтягивание на высокой или на низкой перекладине и сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу или о гимнастическую скамью, или о сиденье стула; рывок гири 16 кг;
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
5. Плавание на 25 м, 50 м.
6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье или на полу.

При проведении тестирования участникам необходимо иметь при себе спортивную форму, а также дополнительно принадлежности для плавания (плательный костюм, сланцы, шапочку, принадлежности для душа).

Результаты участников Единого дня ГТО определяются в соответствии с Государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО соответствующей ступени.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Наиболее отличившиеся участники Единого дня ГТО, по решению организаторов, могут быть отмечены дипломами за высокие достигнутые результаты среди мужчин и женщин в соответствующих возрастных ступенях комплекса ГТО.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, зарегистрировавшиеся в системе АИС ГТО и выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО, будут представлены Центром тестирования к награждению соответствующими знаками: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение Единый день ГТО осуществляется за счёт средств городской программы Управления по физической культуре и спорта администрации городского округа Коломна и проходит по смете МБУ «Конькобежного центра «Коломна».

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 9 августа 2010 г. № 613Н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Страхование участников соревнований производится за счёт внебюджетных средств или собственных средств участников Единого дня ГТО в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для участия в Едином дне ГТО необходимо направить предварительную заявку по установленной форме (Приложение № 1), заверенную руководителем предприятия, учреждения или организации по адресу: Gtokolomna@yandex.ru .

Индивидуальные участники подают предварительные заявки в соответствии с Приложением №2 непосредственно в Центр тестирования или по адресу: Gtokolomna@yandex.ru .

Срок представления заявок – до 2апреля 2016 года.

Руководители команд в день Единого дня ГТО представляют в комиссию по допуску следующие документы:

- оригинальную заявку по форме согласно Приложению № 1 (идентичную предварительной заявке), заверенную руководителем соответствующего предприятия (организации), с визой врача;
- паспорт (оригинал) на каждого участника.

Индивидуальные участники представляют в комиссию по допуску:

- паспорт (оригинал);
- справку врача для допуска к выполнению нормативов комплекса ГТО.

ЗАЯВКА
на участие в программе Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди взрослого трудоспособного населения

(Наименование предприятия, организации,
учреждения)

№ п/п	Фамилия. имя. отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ИД номер в АИС ГТО (при наличии)	Название общеобразовательной организации (в соответствии с Уставом)	Виза врача
1.					допущен. подпись врача. дата. печать напротив каждого участника соревнований
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					

Допущено к Единому дню ГТО _____ человек. (прописью)

Врач _____ / _____
(Ф.И.О.) (подпись)
ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель команды _____
(подпись. Ф.И.О. полностью)

Руководитель организации _____
 МП (подпись. Ф.И.О.)

ЗАЯВКА

на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

«Готов к труду и обороне» (ГТО)

№	Наименование	Информация
1.	Фамилия, Имя, Отчество	
2.	Пол	
3.	УИН участника тестирования в АИС ГТО	
4.	Дата рождения (дд/мм/гг)	
5.	Документ, удостоверяющий личность (паспорт или св-во о рождении)	
6.	Адрес места жительства	
7.	Контактный телефон	
8.	Адрес электронной почты	
9.	Основное место учебы(работы)	
10.	Спортивный разряд	
11.	Почетное спортивное звание	
12.	Спортивный разряд с указанием вида спорта	
13.	Перечень выбранных испытаний	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____ 6. _____ 7. _____ 8. _____

Я, _____, (ФИО)

настоящим даю согласие:

- на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- на обработку в Центре тестирования по адресу:
г. Коломна, МБУ «Конькобежный центр «Коломна», моих персональных данных в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Я даю согласие на использование моих персональных данных в целях:

- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- предоставления информации в государственные органы Российской Федерации в порядке, предусмотренным действующим законодательством.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам), обезличивание, блокирование, трансграничную передачу персональных данных, а также осуществление любых иных действий с моими персональными данными, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по своей воле.

Дата: _____

Подпись _____ / _____ /
расшифровка