

УТВЕРЖДАЮ

Врио начальника Управления  
по физической культуре и  
спорту Курганской области

С.А. Моторин

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам директора ГАУ «Центр  
спортивной подготовки и  
проведения спортивных  
мероприятий Курганской области»

А.Е. Сазонова

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ГБУ «Дирекция эксплуатации и  
содержания спортивных объектов Курганской  
области»

П.А. Курасов

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении физкультурного мероприятия

**Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди сотрудников исполнительных органов государственной власти Курганской области, территориальных органов федеральных органов исполнительной власти в Курганской области, органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов Курганской области.**

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнования проводятся в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Курганской области на 2021 год, утвержденным распоряжением Правительства Курганской области № 11-р от 22 января 2021 года

#### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования проводятся в целях формирования потребности людей в физическом самосовершенствовании, гармоничном и всестороннем развитии личности, утверждения здорового образа жизни, укрепления здоровья и улучшения качества жизни, пропаганды физической культуры и спорта. Подготовка к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

### 2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся 04 декабря 2021 года в городе Кургане в два этапа:

**1 этап** - в спортивном комплексе имени В.Ф. Горбенко (ул. Сибирская, 1).

Начало работы мандатной комиссии с 08.00.

**2 этап** - в плавательном бассейне «Олимп» (ул. Савельева, 5).

### 3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Управление по физической культуре и спорту Курганской области. Непосредственное проведение соревнований осуществляют: ГАУ «Центр спортивной подготовки и проведения спортивных мероприятий Курганской области», «Региональный координационный центр тестирования».

Главный судья соревнований – Алексеев Э.В. заместитель директора ГБУ «СШОР» №1,  
Главный секретарь соревнований - Рычков В.В. заместитель директора ГБУ «СШОР» №1.

#### 4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТВУЮЩИМ ОРГАНИЗАЦИЯМ, УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

К соревнованиям допускаются сотрудники исполнительных органов государственной власти Курганской области (лица, занимающие государственные должности, государственные гражданские служащие), территориальных органов федеральных органов исполнительной власти в Курганской области (государственные служащие), органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов Курганской области (лица, занимающие муниципальные должности, муниципальные служащие), зарегистрированные в автоматизированной информационной системе ГТО (АИС ГТО).

Спортсмены, не зарегистрировавшиеся в АИС ГТО до соревнований не допускаются.

При себе иметь удостоверение.

Сотрудники подразделений, подведомственных учреждений вышеуказанных категорий к участию в соревнованиях не допускаются.

##### Состав и возрастные группы участников команд:

Состав команды: 1 этап (универсальный зал) - (2 мужчины + 2 женщины) любого возраста + 1 представитель. 5-м участником в соревнованиях по спортивной игре «дартс», допускается руководитель (заместитель руководителя) органа участвующего в физкультурном мероприятии, по выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

**Допускается одна команда.**

Очки, завоеванные в соревнованиях по спортивной игре «дартс» руководителем, (заместителем руководителя) идут в командный зачет.

Состав команды: 2 этап (бассейн) - 4 человека (2 мужчины + 2 женщины) любого возраста + 1 представитель. **Допускается неограниченное количество команд.** Возрастные группы: 18 – 29, 30 – 39, 40 – 49, 50-59 лет, 60-69 лет.

#### 5. ПРОГРАММА СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

04 декабря 2021 г. - 1 этап (с/к имени В.Ф. Горбенко)				
I группа – город Курган и город Шадринск, органы исполнительной власти Курганской области;				
II группа – Муниципальные образования Курганской области				
III группа - территориальные органы федеральных органов исполнительной власти в Курганской области				
Время проведения	Мероприятия	Состав команды	Участники	Примечание
08.00 - 10.00	Мандатная комиссия	2 муж. + 2 жен.	I, III - группа	Предоставляются заявки по форме, паспорта, удостоверения
08.00 – 10.30	Соревнования I этапа		I, III - группа	Универсальный зал с/к имени В.Ф. Горбенко
10.00 - 10.30	Мандатная комиссия	2 муж. + 2 жен.	II - группа	Предоставляются заявки по форме, паспорта, удостоверения
10.30 – 11.00	Торжественное открытие	Полный состав	I, II, III - группа	Универсальный зал с/к имени В.Ф. Горбенко.

		делегации		Форма одежды спортивная.
11.00 – 13.00	Соревнования I этапа		II - группа	Универсальный зал с/к имени В.Ф. Горбенко
<b>04 декабря 2021 г. - 2 этап (соревнования по плаванию - эстафета) бассейн «Олимп»</b>				
<u>Перед началом соревнований по плаванию</u>			<b>Предоставление медицинских справок на каждого участника обязательно!</b>	
11.00 – 12.00	Соревнования II этапа	2 муж. 2 жен.	I, III - группа	Порядок заплыва: мужчина (50 м.) женщина (25 м.) женщина (25 м.) мужчина(50 м.) Стиль плавания - вольный.
12.00 - 13.00	Соревнования II этапа	2 муж. 2 жен.	II - группа	Порядок заплыва: мужчина (50 м.) женщина (25 м.) женщина (25 м.) мужчина(50 м.) Стиль плавания - вольный.
<b>04 декабря 2021 г. – церемония награждения (с/к имени В.Ф. Горбенко)</b>				
14.00 – 14.30	Награждение и закрытие соревнований	Полный состав делегации	I, II, III - группа	Универсальный зал с/к имени В.Ф. Горбенко.
<b>Руководителям команд обеспечить явку победителей и призеров 1 этапа и 2 этапа соревнований на общекомандное награждение.</b>				

### Мероприятия, проводимые на I этапе:

#### 1. Спортивная игра «Дартс»:

Участвуют - 2 муж., 2 жен., 1 руководитель.

Участники выполняют 10 бросков в мишень. Соревнования проводятся по действующим правилам спортивной игры «Дартс». В зачет идет результат, набранный командой (2 муж.+ 2 жен.+1 руководитель).

#### 2. Тесты:

Каждый тест является отдельным видом программы.

- прыжок в длину с места (см.);
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см);
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз);
- поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз).

### Правила проведения 2 этапа соревнований по плаванию.

Данные правила направлены на обеспечение безопасности участников мероприятия и посетителей. От их соблюдения зависит качество воды в плавательных ваннах, комфорт и здоровье участников мероприятия, чистота и порядок в помещениях бассейна.

### **Требования во время мероприятия.**

**Участники должны иметь при себе плавательную шапочку, сланцы и средства личной гигиены.**

1. Вход в большую ванну только по приглашению судьи при участниках, согласно стартовому протоколу.
2. В большой ванне находятся только участники стартующего заплыва **следующего** за стартующим заплывом.
3. После сигнала стартера (свисток), участник первого этапа (мужчина) занимает место на **стартовой тумбе**, после звукового сигнала (серена), участник начинает прохождение дистанции, (**женский этап стартует из воды**). Старт с бортика бассейна запрещен.
4. Передача эстафеты происходит касанием рукой стенки бассейна. Участники следующих этапов начинают прохождение дистанции, только после передачи эстафеты.
5. Окончанием эстафеты считается касание участником четвертого этапа стенки бассейна после прохождения своего этапа.
6. После прохождения своего этапа, участник должен выйти из воды, не создавая при этом помех участникам соревнований, плывущим на соседних дорожках (**выход из чаши бассейна только через боковые трапы**).

**По окончании заплыва, участники в течение 5 минут должны пройти на трибуну.**

Предварительные заявки, заверенные руководителем, подаются в ГАУ «Центр спортивной подготовки и проведения спортивных мероприятий Курганской области» до **2 декабря 2021г.** на электронную почту: **cpsmko@bk.ru**, тел/факс **(3522) 43-76-81**.

В мандатную комиссию в день приезда на соревнования предоставляются две именные заявки (для участия в I и II этапах), заверенные врачом и руководителем, паспорт и удостоверение.

## **6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

**Команды - победители определяются по трём группам:**

**I группа – город Курган и город Шадринск, органы исполнительной власти Курганской области;**

**II группа – Муниципальные образования Курганской области;**

**III группа - территориальные органы федеральных органов исполнительной власти в Курганской области.**

Личное первенство определяется по наибольшей сумме очков набранных при выполнении мероприятий I этапа, дополнительные баллы начисляются за наличие у участников команды на I этапе знаков отличия ВФСК ГТО (золото – 15 баллов, серебро – 10 баллов, бронза – 5 баллов). В случае одинакового количества очков в сумме многоборья в личном зачете преимущество получает спортсмен, показавший лучший результат в прыжках в длину с места.

Личное первенство среди руководителей подводится по наибольшей сумме очков набранных в игре «Дартс», в случае равенства очков предпочтение отдается лучшей результативности (наибольшее количество 10, 9, ...).

Командное первенство на **1 этапе** определяется по наибольшей сумме очков набранных участниками команды во всех видах программы, (каждый вид тестов считается как отдельный вид программы).

Командное место на **2 этапе** определяется по наименьшему результату (общеконандное время делится на среднее командный коэффициент всех участников в возрастных группах).

Пример:  $1,1+1,15+1,15+1,2:4=1,15$  (средне командный коэффициент).

Время команды – 97 секунд.

$97 / 1.15 = 84.35$  – результат команды.

Общеконандное первенство определяется по наименьшей сумме мест набранных командами в соревнованиях 1 и 2 этапов.

В случае равенства суммы мест победитель определяется по командному результату на 1 этапе.

Для каждой возрастной категории установлены коэффициенты на 1 и 2 этапах:

18-29 лет	1.0
30-39 лет	1,10
40-49 лет	1,15
50-59 лет	1,20
60-69 лет	1,25

Для участников 70 лет и старше применяется коэффициент 1,30.

## 7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие с 1 по 3 места в общеконандном зачете, награждаются грамотами Управления по физической культуре и спорту Курганской области и кубками. Команды по итогам второго этапа занявшие 1 места в своих группах награждаются кубками, медалями и грамотами, за 2-3 места награждаются медалями и грамотами.

Участники, занявшие 1 место в своих возрастных категориях, награждаются дипломами, медалями и ценными призами, за 2-3 места награждаются дипломами и медалями.

В соревнованиях по спортивной игре «Дартс» среди руководителей (заместителя руководителя) награждаются отдельно мужчины и женщины за 1 место - дипломом, медалью и ценным призом, за 2 – 3 места дипломами и медалями.

**В случае отсутствия на церемонии награждения победителей и призеров соревнований, в личном и командном зачете - наградная атрибутика не выдается.**

## 8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению соревнований несет ГАУ «Центр спортивной подготовки и проведения спортивных мероприятий Курганской области».

Расходы, связанные с командированием участников несут командирующие организации.

## 9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Соревнования проводятся в соответствии с решением областного оперативного штаба по проведению организационных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCov) на территории Курганской области на момент проведения соревнований.

**Доступ в государственные учреждения сферы спорта для граждан старше 18 лет будет возможен только при наличии одного из документов (сертификат, справка, QR-код), подтверждающих: прохождение полного курса вакцинации от новой коронавирусной инфекции (COVID-19); факт заболевания новой коронавирусной инфекцией (COVID-19) в течение последних шести месяцев; отрицательный результат лабораторного исследования методом полимеразной цепной реакции на наличие новой коронавирусной инфекции (COVID-19), проведенного не ранее чем за 72 часа до посещения учреждения.**

В соответствии с частью 11 статьи 20 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» обязанности организатора соревнований по принятию мер по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности при проведении данных соревнований возлагается на ГАУ

«Центр спортивной подготовки и проведения спортивных мероприятий Курганской области».

Соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации, по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности объекта спорта к проведению спортивных соревнований, утвержденных в установленном порядке.

Главный судья соревнований несет ответственность за соблюдение участниками соревнований требований техники безопасности, которые должны соответствовать правилам проведения соревнований по данному виду спорта и принимает меры по профилактике травматизма.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. N 1144н "О Порядке 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".

**Представитель команды несет персональную ответственность за безопасность и поведение спортсменов команды во время проведения соревнований, а также за достоверность предоставленных документов на участников.**

### Виды программы соревнований

№	Виды соревнований	Система проведения
1.	<b>Плавание</b>	В соответствии с правилами по виду спорта
2.	<b>Спортивная игра «Дартс»</b>	В соответствии с правилами по виду спорта
	<b>Тесты:</b>	<b>Описание тестов</b>
3.	<b>Прыжок в длину с места, толчком двумя ногами</b>	Участник принимает исходное положение, ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией. Одновременно толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен. Длина прыжка с трех попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. После окончания прыжка участник остается на месте приземления до замера результата судьей на виде. В зачет идет лучший результат.
4.	<b>Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье</b>	При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+». Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, легенцы).

5.	<b>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание)</b>	Исходное положение: упор лежа на полу, голова - туловище - ноги составляют прямую линию. Сгибание рук в локтевых суставах выполняется до касания грудью подушки индикатора. Разгибание производится до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии тела. Темп выполнения упражнений произвольный. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук «отжиманий», фиксируемых счетом судьи. <b>Внимание! Упражнение выполняется в течение 3 минут.</b>
6.	<b>Поднимание туловища из положения, лежа на спине</b>	Исходное положение: лежа на спине, руки за головой в «замке», ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей, с последующим возвратом в исходное положение в одной попытке за 1 минуту. <b>Внимание! Упражнение выполняется в течение 1 минуты.</b>

### 10. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Страхование жизни и здоровья участников от несчастных случаев является обязательным.

### 11. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Данное положение (регламент) дополнений и приложений не имеет. Внесение изменений и дополнений согласовывается со всеми организаторами мероприятия и утверждается Управлением по физической культуре и спорту Курганской области.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

### ОБРАЗЕЦ ЗАЯВКИ

ФИО	Дата рождения, полных лет на день соревнования	Должность	УИН	Наличие знака отличия ВФСК ГТО (№ приказа, дата)	Виза врача
Сидоров Петр Иванович	01.01.1970 г.р. (48 лет)	Глава _____ района	17-45-0000765	золото (№ 89нг, от 02.07.18 г.)	Допуск «__»____ 2019г.

Подпись руководителя, печать.