

«СТВЕРЖДАЮ»

Глава Новокузнецкого
городского округа

С.Н. Кузнецов

« » 2019 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди муниципальных служащих города Новокузнецка в рамках акции «Лето с ГТО!»

I. Общие положения

тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди муниципальных служащих города Новокузнецка в рамках акции «Лето с ГТО!» проводится с целью популяризации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (№ ФМ 21-2, часть 1 п.2 в РКП).

Задачи тестирования:

- информационно-разъяснительная и пропагандистская работа;
- приём нормативов комплекса ГТО;
- привлечение населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- пропаганда здорового образа жизни.

II. Сроки и место проведения

тестирование проводится 26 июля 2019 года по адресу: ПКиО им.Ю.А. Гагарина, стадион «WorkOut».

Открытие тестирования в 20-00 часов.

III. Организаторы мероприятия

Общее руководство организацией и проведением тестирования осуществляет комитет по физической культуре спорту и туризму администрации города Новокузнецка.

IV. Требования к участниками условия их допуска

В выполнении комплекса ВФСК ГТО принимают участие все желающие от 18 до 70 лет, относящиеся к VI-XI ступеням комплекса ГТО.

Участники, желающие выполнить нормативы комплекса ГТО индивидуально в любой из возрастных ступеней (от 6 лет до 70 лет и старше) могут прийти на тестирование, получить индивидуальную карточку и выполнить нормативы на знак отличия или в тестовом режиме, предварительно направив заявку на участие (Приложение № 2).

К выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ВФСК ГТО для участия желающих индивидуально выполнить нормативы на знаки отличия (золотой, серебряный, бронзовый) допускаются лица, прошедшие регистрацию на официальном сайте GTO.RU в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», имеющие медицинский допуск (действителен не более 30 дней) и документ подтверждающий личность.

V. Программа мероприятия

Программа состоит:

1) индивидуальное выполнение нормативов комплекса ГТО для участников всех категорий (I-XI возрастные ступени), желающих самостоятельно выполнить нормативы комплекса на знак отличия или попробовать свои силы в выполнении нормативов в тестовом режиме.

Основу «Многоборья ГТО» тестирования составляют виды испытаний (тесты) VI-IX возрастных ступеней комплекса ВФСК ГТО и формируется в соответствии с методическими рекомендациями по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 12.02.2019 № 90.

Участники I-XI возрастных ступеней, желающие выполнить нормативы комплекса на знак отличия, могут принять участие в выполнении нормативов комплекса ГТО индивидуально с последующим занесением результатов выполнения испытаний в автоматизированную информационную систему ГТО (личный кабинет участника на сайте GTO.RU). С нормативами испытаний можно ознакомиться на сайте GTO.RU в разделе нормативы.

№	Вид испытания (тест)	VI	VII	VIII	IX	X	XI
		18-29	30-39	40-49	50-59	60-69	от 70 лет и старше
1.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+	+
2.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз)	+	+	+	+	+	+
3.	Рывок гири 16 кг (кол-во раз), мужчины	+	+	+	+	-	-
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	-	-	-	-
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мужчины	+	+	+	+	-	-
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от скамьи	+	+	+	+	+	+

В дальнейшем, по индивидуальному запросу, участники тестирования смогут до выполнить нормативы комплекса ГТО, не вошедшие в программу тестирования до знака отличия ГТО.

VI. 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 Российской Федерации от 01.03.2016 г. №134н «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».