

«УТВЕРЖДАЮ»  
Президент  
НП «СК«Буревестник-ВВ»



А.А.Иванова

«    » сентября 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Начальник Управления  
Росгвардии по Ярославской области



А.В.Смирнов

«20» сентября 2017 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о фестивале по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу  
«Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)» среди сотрудников  
спецподразделений Управления Росгвардии по Ярославской области

2017 г.

## **I. Общие положения**

1.1. Фестиваль по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)» среди сотрудников спецподразделений Управления Росгвардии по Ярославской области (далее – мероприятие; участники) является основным элементом организации и проведения практического тестирования по Комплексу ГТО (далее - тестирование).

1.2. Настоящее Положение определяет порядок проведения тестирования, который включает в себя:

- подачу коллективной заявки на прохождение тестирования;
- определение условий прохождения участниками тестирования испытаний, по которым проводится тестирование;
- последовательность проведения испытаний и их группировку по «дням тестирования»;
- регистрацию участников тестирования и допуск их к прохождению тестов;
- организацию судейства;
- медицинское обеспечение мероприятия;
- информирование участников тестирования о прохождении тестирования и показанных ими результатах;
- вручение официальных документов о прохождении тестирования участникам, выполнившим нормативы на знак отличия.

1.3. Основными целями проводимого мероприятия являются:

- укрепление здоровья участников, формирование здорового образа жизни;
- создание предпосылок для массового внедрения ВФСК ГТО в Ярославской области;

1.4. Задачами, решаемыми в рамках проведения мероприятия, являются:

- подготовка и успешное прохождение тестирования по Комплексу ГТО сотрудниками спецподразделений Управления Росгвардии по Ярославской области;
- оформление отчетной документации в соответствии с требованиями федеральных и региональных нормативно-правовых актов, связанных с введением Комплекса ГТО.

## **II. Организаторы мероприятия**

2.1. Основным организатором мероприятия является Региональный центр тестирования (далее - РЦТ).

2.2. Для подготовки и проведения мероприятия РЦТ назначает главного судью, заместителя главного судьи, ответственного секретаря и судей, обеспечивающих проведение мероприятия.

2.3. РЦТ утверждает графики проведения тестирования и размещает их на сайте ГТО76. РФ до начала тестирования.

2.4. Непосредственное проведение мероприятия осуществляется проводится на спортивных объектах, соответствующих требованиям при проведении физкультурно-спортивных мероприятий

2.5. Из числа сотрудников спецподразделений Управления Росгвардии по Ярославской области, сотрудники которых участвуют в тестировании, назначается лицо, ответственное за координацию взаимодействия между участниками и РЦТ (далее - представитель).

### **III. Виды испытаний**

3.1. Тестирование проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 19.07.2017 г. № 542 (далее - государственные требования).

3.2. В число видов испытаний (тестов) в зависимости от ступени Комплекса ГТО входят:

3.2.1. Обязательные испытания (тесты):

Мужчины:

- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье;

- подтягивание из виса на высокой перекладине и (или) рывок гири 16 кг;

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

- бег 100 м.;

- бег 3 км.

Женщины:

- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье;

- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине и (или) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

- бег 100 м.;

- бег 2 км.

3.2.2. Испытания (тесты) по выбору:

Мужчины:

- прыжок в длину с места толчком двумя ногами, или прыжок в длину с разбега;

- поднимание туловища из положения лежа на спине;

- стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м.;

- метание спортивного снаряда 700 грамм;

- плавание 50 м.

Женщины:

- прыжок в длину с места толчком двумя ногами, или прыжок в длину с разбега;

- поднимание туловища из положения лежа на спине;

- стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 метров;
- метание спортивного снаряда 500 грамм;
- плавание 50 м.

3.3. Набор тестов по выбору определен в соответствии с условиями, имеющимися в РЦТ.

3.4. Тестирование осуществляется в 3 этапа, РЦТ в период с 22 сентября 2017 года по 30 сентября 2017 года.

3.4.1. Программа I этапа Тестирования включает:

Мужчины:

- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега;
- подтягивание из виса на высокой перекладине;
- рывок гири 16 кг;
- бег 100 м.;
- поднимание туловища из положения лежа на спине.
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 метров.

Женщины:

- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега;
- бег 100 м.;
- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 метров;
- поднимание туловища из положения лежа на спине.

3.4.2. Программа II этапа Тестирования включает

Мужчины:

- плавание 50 м.

Женщины:

- плавание 50 м.

3.4.3. Программа III этапа Тестирования включает:

Мужчины:

- бег 3 км.;
- метание спортивного снаряда 700 гр.

Женщины:

- бег 2 км.;
- метание спортивного снаряда 500 гр.

3.5. Основное тестирование участников осуществляется в определенные дни, в групповой форме, по коллективным заявкам от спецподразделений Росгвардии Ярославской области.

#### **IV. Участие в мероприятии**

4.1. В мероприятии могут принимать участие сотрудники подразделений Управления Росгвардии по Ярославской области, прошедшие регистрацию в РЦТ, указанные в коллективной заявке, относящиеся к основной группе здоровья и имеющие медицинский допуск к прохождению тестирования.

4.2. После предоставления спецподразделениями Управления Росгвардии по Ярославской области коллективной заявки участники проходят регистрацию в РЦТ которая считается допуском к участию в мероприятии.

4.3. О дате проведения тестирования участники узнают от представителя и из Графика тестирования, который размещается на сайте ГТО76.РФ не менее чем за 10 дней до начала тестирования.

4.4. Одежда и обувь участников - спортивная. Во время проведения Тестирования обеспечиваются необходимые меры техники безопасности и сохранения здоровья участников.

4.5. Для подготовки к выполнению каждого вида испытаний (теста) участникам предоставляется время для выполнения физических упражнений (разминки) под руководством специалиста в области физической культуры и спорта или самостоятельно.

#### **V. Подача коллективной заявки**

5.1. Коллективная заявка подается представителем сотрудников спецподразделений Управления Росгвардии по Ярославской области, сотрудники которой ознакомились с Настоящим положением и изъявили желание участвовать в Мероприятии.

5.2. Коллективная заявка подается в РЦТ. Заявка оформляется в соответствии с установленной формой (Приложение № 1).

5.3. Коллективная заявка на прохождение тестирования подается организацией не позднее 21 сентября 2017 года текущего года.

#### **VI. Администратор места тестирования**

6.1. Администратор (инструктор) места тестирования осуществляет идентификацию участника и сверку его данных с протоколом, вносит записи о наличии медицинского допуска, делает отметку о явке.

6.2. После завершения регистрации всех заявленных в определенный день (в соответствии с графиком тестирования) участников тестирования, явившихся для выполнения нормативов комплекса ГТО формируется Протокол выполнения испытаний (на каждый вид испытаний отдельно).

6.3. Протоколы передаются главному спортивному судье для распределения их среди судейских бригад по видам испытаний

## **7. Судейство**

7.1. При передаче протоколов главный спортивный судья проводит также инструктаж судейской бригады на местах тестирования.

7.2. Судейство осуществляется спортивными судьями в соответствии с их функциональными обязанностями.

7.3. Требования к выполнению видов испытаний (тестов) представлены в Приложении № 2.

7.4. При возникновении разногласий в определении результата мнение старшего судьи на виде программы является решающим.

7.5. Заполнение протоколов по видам испытаний Комплекса ГТО в местах тестирования в бумажном и электронном виде осуществляется судейскими бригадами места тестирования.

7.6. Заполнение сводных протоколов по видам испытаний по каждому этапу Тестирования в местах тестирования в электронном виде и их передача в региональный центр тестирования осуществляется администратором (инструктором) места тестирования.

7.7. Региональный центр тестирования собирает сводные протоколы по каждому этапу Тестирования с каждого места тестирования и формирует сводный протокол.

## **8. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

8.1. Тестирование проводится на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности спортивных сооружений к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

8.2. Организация работы по медицинскому допуску к выполнению нормативов ВФСК ГТО определен приказом Министерства здравоохранения российской Федерации от 1 марта 2016 г. N 134н «О порядке 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-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне».

## **9. Подведение итогов**

9.1. После тестирования по каждому виду испытаний (тестов) спортивный судья сообщает участникам их результаты.

9.2. Результаты тестирования каждого участника заносятся спортивным судьей в протокол выполнения государственных требований.

9.3. После формирования сводного протокола Центр тестирования принимает решение о представлении к награждению знаками отличия участников, успешно выполнивших испытания комплекса ГТО и претендующих на получение знака.

9.4. Терминология и общепринятые сокращения представлены в Глоссарии терминов и сокращений (Приложение № 3.)

## **10. Финансовые расходы**

10.1. Расходы по проведению мероприятия (оплате судейства, предоставлению спортивных сооружений, медицинского обеспечения, изготовлению рекламно-пропагандистских материалов) несет Управление Росгвардии по Ярославской области.

10.2. НП «СК«Буревестник-ВВ» несет расходы по оплате сотрудников РЦТ при организации и проведении тестирования.