



**ОТРАСЛЕВОЙ ОРГАН
АДМИНИСТРАЦИИ СОСЬВИНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»**

ПРИКАЗ № 104/1

от 12 августа 2022 г.

п. г. т. Сосьва

О проведении в Сосьвинском городском округе Первого командного муниципального соревнования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди работников коллективов бюджетных организаций, посвященный 77-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов, проводится под лозунгом «Россия спортивная Держава»

В соответствии с Постановлением Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)» (с изменением от 06.03.2018г.) с целью увеличения числа обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Сосьвинском городском округе и повышения уровня физической подготовленности обучающихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Директору Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско – юношеская спортивная школа» п. Восточный А.В. Тупицыну:

- организовать и провести 09 сентября 2022 года на территории МБОУ ДО ДЮСШ п. Восточный Первые командные муниципальные соревнования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди работников коллективов бюджетных организаций, посвященный 77-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов, проводится под лозунгом «Россия спортивная Держава» (приложение № 1);
- в связи с эпидемиологической ситуацией на территории Сосьвинского городского округа провести соревнования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»
- 2. Руководителям ОУ Сосьвинского городского округа направить заявки на электронную почту: vostdysh@mail.ru за два дня до приезда на соревнования.
- 3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Начальник Отраслевого органа администрации
Сосьвинского городского округа
«Управление образования»



С.А. Куракова

Приложение № 1
к приказу
Отраслевого органа
администрации
Сосьвинского городского округа
«Управление образования»
от 12 августа 2022 г. № 104

Положение

о проведении Первого командного муниципального соревнования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди работников коллективов бюджетных учреждений Сосьвинского городского округа, проводится под лозунгом «Россия спортивная Держава».

I. Цели и задачи

1. Пропаганда здорового образа жизни среди работников бюджетных организаций
2. Формирование позитивных жизненных установок у взрослого населения
3. Привлечение к занятиям физической культурой и спортом, к сдаче норм ВФСК ГТО
4. Определение победителей турнира ВФСК ГТО среди команд бюджетных организаций СГО.

II. Сроки проведения

Соревнования проводятся на базе МБОУ ДО ДЮСШ п.Восточный адрес ул. Таёжная 2-а; электронная почта: vostdysh@mail.ru среди работников бюджетных организаций от 18 лет и старше, дата проведения: 9 сентября 2022 года начало соревнований: 13.00

III. Участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются работники бюджетных организаций, прошедшие медицинский осмотр, состав команды – 4 человека.

IV. Заявки

Заявки подаются в комиссию по допуску участников к соревнованиям, заверенные руководителем образовательного учреждения и медицинским работникам.

V. Условия проведения и определения победителей

Участники подают заявки на участие за два дня до приезда на соревнования на электронную почту: vostdysh@mail.ru; телефоня: 8 (343 85) 4-77-15.

В программу соревнования ВФСК ГТО включены виды тестирования ВФСК ГТО:

1. Наклон вперёд из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке
2. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество за 1 минуту)
3. Бег 30 м.
4. Стрельба из пневматической винтовки
5. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)

Количество испытаний: 5, зачёт производится по арифметической сумме 5 испытаний. Очки насчитываются с учётом возрастных ступеней мужчин и женщин отдельно. В итоговом протоколе все очки складываются, и выявляется команда победитель. Победители каждого отдельного этапа определяются согласно Положениям о проведении соревнований на отдельном виде испытаний, утвержденным проводящей организацией.

В программу соревнования организатором могут быть внесены изменения!

Порядок прохождения этапов ГТО определяет судейская коллегия.

Судейская бригада ВФСК ГТО:

- Главный судья - Нелюбин Е.В., координатор центра ВФСК ГТО СГО
- Счётная комиссия: Фильчакова М.Ф., Нелюбин Е.В.

Судьи по видам:

- Шестакова Е.Н. – наклон вперёд из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке;
- Миронов И.Е. – поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество за 1 минуту)
- Хомутов А.А., Тупицын А.В. – стрельба из пневматической винтовки
- Сафонова И.В. – бег 30 м.
- Горбов М.О. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз).

VI. Награждение

Команды победители и призёры награждаются кубком, грамотами и медалями.

VII. Условия финансирования

Финансовое обеспечение: приобретение наградной атрибутики, осуществляется за счёт средств МБОУ ДО ДЮСШ п.Восточный.

Могут быть учреждены специальные призы Администрацией Сосьвинского городского округа. Расходы по командированию участников сборных команд (проезд до места проведения и обратно, суточные в пути, страхование участников) обеспечивают командирующие организации. Страхование участников соревнований производится за счёт средств бюджетов субъектов Российской Федерации и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Форма заявки:

| № | Ф И О | Дата рождения | Школа / Организация | Виза врача |
|---|-------|---------------|---------------------|------------|
| | | | | |

Иметь при себе спортивную форму и сменную обувь!!!

| Ступень | Возраст мужчины | Бег 30 м. | | | | | |
|---------|--------------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | 18-24 | 4,3 | 4,6 | 4,8 | 5,1 | 5,5 | 5,7 |
| 6 | 25-29 | 4,6 | 5,0 | 5,4 | 5,8 | 5,7 | 5,8 |
| 7 | 30-34 | 4,9 | 5,7 | 6,3 | 6,8 | 7,2 | 7,8 |
| 7 | 35-39 | 5,2 | 6,3 | 7,1 | 6,8 | 7,4 | 7,8 |
| 8 | 40-44 | 5,6 | 7,3 | 7,9 | 8,3 | 8,5 | 8,8 |
| 8 | 45-49 | 6,0 | 7,6 | 8,1 | 8,5 | 8,8 | 9,1 |
| | | Бег 3000 м. | | | | | |
| 6 | 18-24 | 12.00 | 13.40 | 14.30 | 15.00 | 15.30 | 16.00 |
| 6 | 25-29 | 12.50 | 14.40 | 15.00 | 15.30 | 16.00 | 16.30 |
| 7 | 30-34 | 13,20 | 14,50 | 15,10 | 15,40 | 16,10 | 16,40 |
| 7 | 35-39 | 13,50 | 15,00 | 15,45 | 15,50 | 16,20 | 16,50 |
| 8 | 40-44 | 16,30 | 20,30 | 22,00 | 22,30 | 23,00 | 23,30 |
| 8 | 45-49 | 17,00 | 21,00 | 23,00 | 23,30 | 24,00 | 24,30 |
| | | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см.) | | | | | |
| 6 | 18-24 | 13 | 9 | 7 | 5 | 3 | 1 |
| 6 | 25-29 | 12 | 9 | 7 | 5 | 3 | 1 |
| 7 | 30-34 | 11 | 8 | 6 | 5 | 3 | 1 |
| 7 | 35-39 | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 | 1 |
| 8 | 40-44 | 9 | 6 | 5 | 4 | 2 | 1 |
| 8 | 45-49 | 8 | 6 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | | Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу | | | | | |
| 6 | 18-24 | 44 | 32 | 28 | 23 | 18 | 13 |
| 6 | 25-29 | 39 | 25 | 22 | 18 | 15 | 12 |
| 7 | 30-34 | 32 | 27 | 24 | 20 | 16 | 14 |
| 7 | 35-39 | 29 | 24 | 20 | 16 | 14 | 10 |
| 8 | 40-44 | 28 | 25 | 20 | 15 | 12 | 10 |
| 8 | 45-49 | 27 | 24 | 23 | 12 | 10 | 7 |
| | | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (за 1 минуту) | | | | | |
| 6 | 18-24 | 48 | 37 | 33 | 30 | 25 | 20 |
| 6 | 25-29 | 45 | 35 | 30 | 28 | 24 | 20 |

| | | | | | | | |
|--|-------|----|----|----|----|----|----|
| 7 | 35-39 | 39 | 29 | 24 | 20 | 15 | 10 |
| 8 | 40-44 | 35 | 27 | 22 | 17 | 12 | 8 |
| 8 | 45-49 | 31 | 24 | 20 | 15 | 10 | 7 |
| Стрельба из пневматической винтовки 10м. | | | | | | | |
| 6 | 18-24 | 25 | 20 | 15 | 12 | 8 | 5 |
| 6 | 25-29 | 25 | 20 | 15 | 12 | 8 | 5 |
| 7 | 30-34 | 25 | 20 | 15 | 12 | 8 | 5 |
| 7 | 35-39 | 25 | 20 | 15 | 12 | 8 | 5 |
| 8 | 40-44 | 25 | 16 | 13 | 10 | 6 | 4 |
| 8 | 45-49 | 25 | 13 | 10 | 8 | 5 | 3 |

Приложение № 3

| Ступень | Возраст /женщины | Бег 30 м. | | | | | |
|---------|------------------|--|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | 18-24 | 5,1 | 5,7 | 5,9 | 6,3 | 6,8 | 7,1 |
| 6 | 25-29 | 5,4 | 6,1 | 6,4 | 6,6 | 6,8 | 7,2 |
| 7 | 30-34 | 5,7 | 6,8 | 7,3 | 7,9 | 8,5 | 9,0 |
| 7 | 35-39 | 5,9 | 7,2 | 7,9 | 8,3 | 8,7 | 9,0 |
| 8 | 40-44 | 6,2 | 7,9 | 8,5 | 9,0 | 9,20 | 9,30 |
| 8 | 45-49 | 6,5 | 8,2 | 8,7 | 9,0 | 9,30 | 10,00 |
| | | Бег 2000 м. | | | | | |
| 6 | 18-24 | 10,50 | 12,30 | 13,10 | 13,50 | 14,30 | 15,10 |
| 6 | 25-29 | 11,35 | 13,10 | 14,00 | 14,30 | 14,50 | 15,20 |
| 7 | 30-34 | 12,00 | 13,50 | 14,30 | 15,00 | 15,20 | 16,00 |
| 7 | 35-39 | 12,30 | 14,20 | 15,00 | 15,20 | 15,40 | 16,00 |
| 8 | 40-44 | 13,00 | 15,10 | 16,10 | 17,10 | 18,10 | 19,00 |
| 8 | 45-49 | 13,40 | 16,10 | 17,20 | 18,20 | 19,20 | 20,00 |
| | | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см.) | | | | | |
| 6 | 18-24 | 16 | 11 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| 6 | 25-29 | 14 | 9 | 7 | 5 | 3 | 1 |
| 7 | 30-34 | 13 | 7 | 5 | 3 | 2 | 1 |
| 7 | 35-39 | 12 | 6 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8 | 40-44 | 11 | 6 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8 | 45-49 | 10 | 5 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| | | Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу | | | | | |
| 6 | 18-24 | 17 | 12 | 10 | 9 | 8 | 7 |
| 6 | 25-29 | 16 | 11 | 10 | 9 | 7 | 6 |
| 7 | 30-34 | 15 | 12 | 10 | 8 | 6 | 5 |
| 7 | 35-39 | 13 | 11 | 10 | 8 | 5 | 3 |
| 8 | 40-44 | 10 | 8 | 6 | 4 | 3 | 2 |
| 8 | 45-49 | 9 | 7 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (за 1 минуту) | | | | | |
| 6 | 18-24 | 43 | 35 | 32 | 30 | 28 | 20 |
| 6 | 25-29 | 37 | 29 | 24 | 22 | 20 | 18 |

| | | | | | | | |
|--|-------|----|----|----|----|----|----|
| 7 | 35-39 | 29 | 20 | 17 | 15 | 13 | 10 |
| 8 | 40-44 | 25 | 16 | 14 | 12 | 8 | 6 |
| 8 | 45-49 | 21 | 12 | 10 | 8 | 6 | 5 |
| Стрельба из пневматической винтовки 10м. | | | | | | | |
| 6 | 18-24 | 25 | 20 | 15 | 12 | 10 | 8 |
| 6 | 25-29 | 25 | 20 | 15 | 11 | 8 | 6 |
| 7 | 30-34 | 25 | 20 | 15 | 10 | 7 | 5 |
| 7 | 35-39 | 25 | 20 | 15 | 10 | 7 | 5 |
| 8 | 40-44 | 22 | 16 | 13 | 10 | 7 | 5 |
| 8 | 45-49 | 20 | 13 | 10 | 8 | 6 | 3 |