

УТВЕРЖДАЮ:
начальник Управления культуры,
молодёжной политики,
туризма и спорта
администрации Кичменгско-Городецкого
муниципального района
О.А.Ладина



ПОЛОЖЕНИЕ

*о проведении муниципального этапа зимнего фестиваля
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся
образовательных организаций района*

29 февраля 2020 г
с. Кичменгский-Городок

1. Цели и задачи комплекса ГТО

- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО;
- пропаганда спорта, физической культуры и здорового образа жизни;
- повышение уровня физической подготовленности населения.

2. Сроки и место проведения фестиваля

Фестиваль состоится 29 февраля 2020 года по адресу : ул. Районная, лыжная трасса КГСШ. Регистрация участников: с 10.00. Начало в 11:00.

3. Руководство и проведение

Общее руководство по подготовке и проведению фестиваля осуществляет Управление культуры, молодёжной политики, туризма и спорта администрации Кичменгско Городецкого муниципального района. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию. Главный судья – Китаев А.П. Главный секретарь – Г.В.Екимовская.

Ответственность за жизнь и здоровье спортсменов во время приезда и отъезда команд на соревнования несут командирующие организации, представители и тренеры команд.

Ответственность за жизнь и здоровье спортсменов во время соревнований несет главная судейская коллегия.

4. Участники тестирования

В фестивале принимают участие все желающие. Все участники должны иметь при себе медицинскую справку с допуском врача к занятиям физической культурой и не должны иметь медицинских противопоказаний.

Все тестируемые должны быть зарегистрированы на сайте gto.ru и иметь при себе ID номер (УИН).

5. Условия проведения и программа

Программа включает тестирование согласно государственным требованиям к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК ГТО по следующим видам испытаний:

- бег на лыжах на дистанциях: 1 км, 2 км, 3 км, 5 км.

1 степень - Нормы ГТО для школьников 6-8 лет

Вид испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 1 км	8.00	9.00	10.15	8.30	9.30	11.00

2 степень - Нормы ГТО для школьников 9-10 лет

Вид испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 1 км	6.45	7.45	8.15	7.30	8.20	10.00

3 степень - Нормы ГТО для школьников 11-12 лет

Вид испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 2 км	12.30	13.50	14.10	13.30	14.40	15.00

4 ступень - Нормы ГТО для школьников 13-15 лет

Вид испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 3 км	16.30	17.40	18.50	19.30	21.30	22.30

5 ступень - Нормы ГТО для школьников 16-17 лет

Вид испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 3 км или	-	-	-	17.00	19.00	20.00
бег на лыжах 5 км	24.00	26.10	27.30			

Таблица нормативов мужчины

6 ступень - Нормы ГТО для мужчин						
Вид испытаний (тесты)	мужчины					
	от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 5 км	22.00	25.30	27.00	22.30	26.30	27.30
7 ступень - Нормы ГТО для мужчин						
Вид испытаний (тесты)	мужчины					
	от 30 до 34 лет			от 35 до 39 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 5 км	23.30	27.00	29.00	25.00	29.50	31.50
8 ступень - Нормы ГТО для мужчин						
Вид испытаний (тесты)	мужчины					
	от 40 до 44 лет			от 45 до 49 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 5 км	28.10	34.40	37.00	31.00	37.00	40.00
9 ступень — Нормы ГТО для мужчин						
Вид испытаний (тесты)	мужчины					
	от 50 до 54 лет			от 55 до 59 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 5 км	34.00	40.40	44.00	37.00	45.30	50.00
10 ступень - Нормы ГТО для мужчин						
Вид испытаний (тесты)	мужчины					
	От 60 до 64 лет			от 65 до 69 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
Передвижение на лыжах 3 км	21.40	28.50	31.00	22.20	30.20	32.50
11 ступень - Нормы ГТО для мужчин						
Вид испытаний (тесты)	мужчины					
	От 70 лет и старше					
	золото		серебро		бронза	
Передвижение на лыжах 3 км	28.00		34.00		39.00	

Таблица нормативов женщины

6 ступень — Нормы ГТО для женщин

Вид испытаний (тесты)	женщины					
	от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 3 км	18.10	19.40	21.00	18.30	20.45	22.30

7 ступень — Нормы ГТО для женщин						
Вид испытаний (тесты)	женщины					
	от 30 до 34 лет			от 35 до 39 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 3 км	19.00	21.30	23.30	20.30	22.10	24.40
8 ступень - Нормы ГТО для женщин						
Вид испытаний (тесты)	женщины					
	от 40 до 44 лет			от 45 до 49 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 2 км	18.00	20.50	22.30	19.30	22.30	23.50
9 ступень - Нормы ГТО для женщин						
Вид испытаний (тесты)	женщины					
	от 50 до 54 лет			от 55 до 59 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
бег на лыжах 2 км	22.00	25.20	26.20	23.40	26.00	27.00
10 ступень — Нормы ГТО для женщин						
Вид испытаний (тесты)	женщины					
	От 60 до 64 лет			от 65 до 69 лет		
	золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
Передвижение на лыжах 2	25.00	28.00	32.00	27.00	30.00	
11 ступень - Нормы ГТО для женщин						
Вид испытаний (тесты)	женщины					
	От 70 лет и старше					
	золото	серебро		бронза		
Передвижение на лыжах 2	28.00	31.00		35.00		

7. Финансирование

Расходы, связанные с оплатой судей осуществляет Управление культуры, молодёжной политики, туризма и спорта

Расходы, связанные с проездом к месту соревнований, за счет участвующих организаций и учреждений.

8. Заявки

Заявки, заверенные врачом, подаются на заседание судейской коллегии, которая состоится: 29 февраля в 10.30 Лыжная трасса КГСШ, ул. Районная.

Предварительные заявки присылать в электронном виде на электронный адрес до 28 февраля 2020 года : k76petrovih@mail.ru

Образец заявки:

№	Ф.И.О. участника	год рождения	ступень	номер УИН	Учебное заведение (место работы)

Ответственный за допуск участников к соревнованиям - главный судья.