

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник Отдела по культуре,  
спорту и делам молодёжи  
Администрации муниципального  
округа г. Оленегорска с  
подведомственной территорией  
Мурманской области

Девальд А.С.

«СОГЛАСОВАНО»

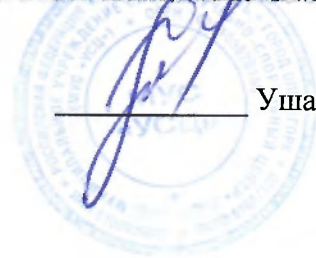
Директор МБУ СШ «Олимп»



Лабенский К.К.

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник МУС «УСЦ»



Ушаков П.В.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о муниципальном этапе соревнований по многоборью Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в рамках Всероссийской Декады ГТО

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1.1. Многоборье ГТО проводится в целях содействия внедрению комплекса ГТО в практику физкультурно-спортивной работы среди трудящихся и служащих организаций, предприятий и граждан города Оленегорска.

1.2. Основными задачами соревнований являются:

- пропаганда Многоборья ГТО среди взрослого населения муниципалитета;
- определение соответствия уровня физической подготовленности граждан требованиям нормативов комплекса ГТО VII-XI ступеней;
- выявление участников, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии;
- пропаганда здорового образа жизни среди населения;
- гражданско-патриотическое воспитание граждан.

### 2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Многоборье ГТО проводится с 01.10 по 25.12.2022 года на стадионе МБУ СШ «Олимп» – легкоатлетические виды программы; спортивных сооружениях МУС «Учебно-спортивного центра» - плавание, лыжные гонки; на спортивных сооружениях общеобразовательных школ муниципалитета - виды общефизической подготовки, стрельба.

### 3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ

3.1. Общее руководство организацией и проведением соревнований муниципального этапа осуществляют Центр тестирования ГТО МУС «УСЦ» города Оленегорска.

3.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на Центр тестирования ГТО, городское методическое объединение учителей физической культуры и на главную судейскую коллегию, главный судья соревнований Жогов А.А., начальник Центра тестирования ГТО.

## 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

4.1. Участниками Многоборья ГТО, являются граждане в возрастной градации, установленной VII – XI степенями комплекса ГТО.

## 5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. В программу Декады включены следующие виды испытаний:

- бег 30 м., 60 м., 100 м.;
- бег 1 км., 2 км., 3 км.;
- прыжок в длину с места;
- подтягивание на высокой и низкой перекладине;
- жим гири 16 кг;
- отжимание от пола /скамейки/;
- челночный бег 3x10 м;
- поднятие туловища из положения лёжа;
- наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке;
- плавание 50 м.;
- лыжные гонки;
- стрельба из пневматической винтовки.

## 6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

6.1. Результаты участников, зарегистрированных в системе АИС ГТО и выполнивших необходимое количество нормативов для награждения знаком отличия комплекса ГТО, учитываются центром тестирования для предоставления к награждению соответствующим знаком отличия комплекса ГТО.

6.2. Первенство среди организаций /учреждений/ подводятся по наибольшей сумме двух показателей:

- 1) доля работников, принявших участие в Фестивале, от общей численности трудящихся;
- 2) доля работников, выполнивших нормативы на знаки отличия в рамках проведения Фестивала, от общей численности организации /учреждения/, принявших участие в Фестивале.

При равенстве суммы результатов преимущество получает организация /учреждение/, в которой по итогам Фестивала количество выполнивших нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на ЗОЛОТОЙ знак отличия больше.

## 7. ЗАЯВКИ И ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ

Предварительные заявки на участие в Декаде по установленной форме подаются по адресу электронной почты [aagto2016olenegorsk@mail.ru](mailto:aagto2016olenegorsk@mail.ru) или в Центр тестирования нормативов ГТО МУС «УСЦ».

К первому дню приёма нормативов взрослые граждане предоставляют ксерокопию документа, подтверждающего личность, согласие на обработку персональных данных и справку от врача о допуске к выполнению физических упражнений.

Сайт ВФСК ГТО: <https://user.gto.ru>