

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
Санкт-Петербургского
государственного бюджетного учреждения
«Центр физической культуры, спорта
и здоровья Выборгского района»



О.В. Скуратова
О.В. Скуратова

2017 г.

РЕГЛАМЕНТ

о проведении соревнования

«Фестиваль ГТО»

Спартакиады средних специальных учебных заведений
Выборгского района Санкт-Петербурга 2017 года.

Санкт-Петербург
Выборгский район
2017 год

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

«Фестиваль ГТО» проводится в рамках Спартакиады средних специальных учебных заведений Выборгского района Санкт-Петербурга 2017 года.

Целью проведения соревнований является выявление сильнейших команд и спортсменов среди средних специальных учебных заведений Выборгского района Санкт-Петербурга.

Основные задачи:

- повышение уровня разносторонней физической подготовленности юных петербуржцев, развитие и формирование их физических качеств и прикладных двигательных навыков, обеспечивающих физическую готовность к защите Отечества;
- дальнейшее совершенствование организации и проведения спортивно-массовой, физкультурно-оздоровительной работы с допризывной молодежью, популяризация технических и военно-прикладных видов спорта, повышение престижа военной службы;
- вовлечение подрастающего поколения в систематические занятия физической культурой и спортом, воспитание гражданственности и патриотизма, формирование стремления к здоровому образу жизни, профилактика и преодоление вредных привычек;
- определение и поощрение администрацией Выборгского района, организаций и учреждений, а также специалистов, добившихся наиболее высоких результатов в спортивно-массовой работе с молодежью допризывного возраста;
- качественная подготовка сборных команд Выборгского района к участию в городских этапах Спартакиады молодежи допризывного возраста 2017 года и в иных городских и всероссийских состязаниях по техническим и военно-прикладным видам спорта.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Дата проведения: 13.09.2017

Место проведения: Парк «Сосновка», футбольное поле и гимнастический городок

Начало соревнований: в 13:00 часов

График старта команд определяется после подачи заявок.

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство осуществляется отделом физической культуры, спорта и молодежной политики, администрации Выборгского района Санкт-Петербурга.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» (далее – Центр спорта).

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ

Участники соревнований обязаны иметь и предъявлять по требованию судейских коллегий документы, удостоверяющие личность и возраст, а также подтверждающие правомерность их включения в соответствующие сборные команды.

В случае выявления в ходе проведения соревнований подставок, команде определяется в данном соревновании последнее место с прибавлением пяти штрафных очков.

5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Программа соревнований:

Соревнования лично-командные. В соревновании участвуют сборные команды средних специальных учебных заведений Выборгского района Санкт-Петербурга.
Состав команды 10 человек.

1) Бег на 60 метров проводится в соответствии с действующими правилами соревнований по легкой атлетике. Бег на 60 метров выполняется с низкого старта. Результаты участников фиксируются, с точностью до 0,01 сек. В зачет идут лучшие 9 результатов, которые переводятся в очки, в соответствии с Таблицей (Приложение № 3) и суммируются.

2) Подтягивание на высокой перекладине выполняется из виса хватом сверху, руки и туловище прямые, ступни ног сомкнуты. При выполнении подтягивания подбородок должен подняться выше грифа перекладины, опускание в вис осуществляется до полного выпрямления рук, вис фиксируется на 0,5-1 сек., рывковые, маховые и волнообразные движения не допускаются. Разрешается незначительное сгибание и разведение ног. Время на выполнение упражнения не ограничивается. Учитывается максимальное число правильно выполненных подтягиваний. В зачет идут лучшие 9 результатов, которые переводятся в очки, в соответствии с Таблицей (Приложение № 3) и суммируются.

3) Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков.

Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью.

Участник принимает исходное положение (ИП): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания.

Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед.

Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. В зачет идут лучшие 9 результатов, которые переводятся в очки, в соответствии с Таблицей (Приложение № 3) и суммируются.

4) Наклон вперед из положения стоя. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения (далее – ИП):

стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 — 15 см.

Участник выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление ног в коленях.

При выполнении испытания (теста) на полу

участник по команде выполняет два предварительных наклона.

При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и удерживает касание в течение 2 с.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье

участник по команде выполняет два предварительных наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения.

При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с. В зачет идут лучшие 9 результатов, которые переводятся в очки, в соответствии с Таблицей (Приложение № 3) и суммируются.

Для определения результатов среди команд, учитываются результаты 9 лучших участников каждой команды.

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды занявшие I, II и III места в общем зачете, а также участники этих команд награждаются грамотами. Победители и призеры в отдельных видах программы, так же награждаются грамотами.

7. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с награждением победителей и призёров соревнований, финансируются за счет средств бюджета Санкт-Петербурга, выделенных СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» на 2017 год.

8. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в соревновании подаются до(время и дата не забудь написать) в СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского района» по электронной почте odp_cfksz.vyb@mail.ru или по телефону 591-66-36. В предварительной заявке указывается название среднего специального учреждения, количество участников соревнований, ФИО и номер контактного телефона руководителя команды.

Официальная заявка на участие в соревнованиях подается не менее чем за 30 минут до начала соревнований. Заявка от команды подписывается руководителем (представителем) команды, заверяется врачом (возможно предоставление медицинских справок на каждого участника), подписью руководителя организации и печатью учреждения.

Специалист отдела
по работе с молодежью
допризывного возраста



М.Д.Новицкий

ЗАЯВКА

на участие в Спартакиаде средних специальных учебных заведений Выборгского района Санкт-Петербурга в 2017 году

от _____ на участие в соревнованиях
(наименование учебного заведения)
по _____
(вид спорта)
« _____ » _____ 20__ г.

№ п/п	Фамилия и имя участника соревнований	Дата рождения	Домашний адрес	Паспортные данные	Виза врача
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Всего к соревнованиям допущено _____ (_____) человек.

Врач _____ (_____)
(подпись) (ФИО врача полностью)
МП

Руководитель организации _____ (_____)

М.П.
ССУЗа

Руководитель физического воспитания _____ (_____)

Представитель команды _____
(фамилия, имя, отчество полностью)

Контактный телефон _____