РЕГЛАМЕНТ
программы выполнения нормативов испытаний (тестов)
Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне»

Место проведения: стадион «Шторм», по адресу: пр.Н.Ополчения д.24 литер.А

Регистрация участников и начало соревнований:

I поток ОУ: №162, №221- 284, №481-493 **регистрация:** 9.30 **начало:** 10.00

II поток ОУ:№377-397, №501-585, №608-658 **регистрация:** 10.30 **начало**: 11.00

ВНИМАНИЕ!!!!!!

Выступаем согласно графику двумя возрастами одновременно.

1. **Программа выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.**

Юноши

	Дата проведения мероприятия	**19.02.2022**	**19.02.2022**
№	**Вид испытания (тест)**	**III ступень** 11-12 лет	**I-II ступень** 6-10 лет
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (ко-во раз)	+ (2 мин)	+ (2 мин)
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+
3.	Бег на лыжах (проката лыж нет)	1500м (мин)	1000м (мин)

Девушки

	Дата мероприятия	**19.01.2022**	**19.02.2022**
№	**Вид испытания (тест)**	**III ступень** 11-12 лет	**I-II ступень** 6-10 лет
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз)	+ (2 мин)	+ (2 мин)
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+
3.	Бег на лыжах (проката лыж нет)	1500м (мин)	1000м (мин)

Соревнования лично-командные.

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации (далее – Минспорт России) от 21.09.2018 № 814.

2. Участники Фестиваля

К участию в Фестивале допускаются учащиеся III, I-II ступени Комплекса ГТО.

Состав команд ОУ(школы) – не более 10 человек, из них: не менее – 2 х девушек .

Участие в каждом виде программы Фестиваля обязательно для всех членов команды.

Итоги личного первенства определяются по наименьшей сумме мест в 3-х испытаниях, среди юношей и девушек отдельно.

Командный зачет определяется по лучшим результатам 1 девушки и 4 юношей. **Итоги командного первенства определяются по наименьшей сумме мест 5 участников команды в 3-х испытаниях.**

Возраст участников определяется на дату проведения Фестиваля.

3. Заявки на участие

Подача заявок(оригинал) на участие в Фестивале состоится в день проведения мероприятия, согласно графику регистрации команд.

Представители команд предоставляют заявку по форме согласно Приложению № 1, заверенную руководителем ОУ и медицинским работником, с указанием медицинского допуска у каждого участника команды (или группа здоровья, не ниже основной).

Об участии ОУ в Фестивале ВФСК ГТО (по каждой возрастной ступени) необходимо сообщить в Центр тестирования за три дня до начала мероприятия по электронной почте: gto@nz-sport.ru или по т. 8(812) 377-58-83.

Приложение №1

ЗАЯВКА
на участие в Зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

_____
(наименование организации)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	УИН участника	Дата рождения (дд.мм.гг.)	Ступень комплекса ГТО	Виза врача
1.					допущен, *(группа здоровья)* *подпись врача,* ***круглая печать врача*** *напротив каждого участника*
2.					
3.					
4.					

Допущено к участию _____
(прописью)

Врач _____ / _____
(ФИО) *(подпись)*
(М.П. медицинского учреждения)

Руководитель команды _____
(Ф.И.О. полностью, подпись)

Контактный телефон
_____

Руководитель ОУ _____
(Ф.И.О. полностью, подпись,телефон)

«____»_____2021 г.

М.П.