|  |
| --- |
| **Утверждаю**  Начальник отдела  по делам молодежи,  физической культуре и спорту администрации Кировского муниципального района  Ленинградской области  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л. С. Царькова  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении Гонки ГТО «Беги за мной»**

**в Кировском муниципальном районе Ленинградской области**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Физкультурно - спортивная игра Гонка ГТО «Беги за мной» (далее – Гонка) проводится в рамках всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ВФСК ГТО).

**II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Целью проведения Гонки является вовлечение граждан Кировского района Ленинградской области в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами Гонки являются:

- пропаганда здорового образа жизни, популяризация ВФСК ГТО;

- привлечение граждан к систематическим занятиям физической культурой;

- укрепление здоровья, физического развития и повышения уровня физической подготовленности граждан Кировского муниципального района;

- укрепление дружеских связей, повышение коммуникабельности граждан;

- внедрение спортивных соревновательных элементов в методику работы по патриотическому воспитанию молодёжи.

**III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство Гонки осуществляет Центр тестирования ВФСК ГТО Кировского муниципального района Ленинградской области и отдел по делам молодежи, физической культуре и спорту администрации Кировского муниципального района.

### IV. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Гонка ГТО проводится 12 августа 2017 года на территории стадиона им. Ю.А. Морозова, по адресу: г.Кировск, ул.Советская.

Регистрация команд (жеребьёвка) с 9:30 до 9:45

Старт – 10:00

**V. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ**

К участию в Гонке допускаются граждане Кировского района Ленинградской области, **не имеющие** **противопоказаний** к занятиям физической культурой и спортом:

- команды, в составе 4 человек (3 юноши, 1 девушка), возраст участников от 14 до 17 лет;

- команды, в составе 4 человек (3 мужчины, 1 женщина), возраст участников от 18 лет и старше.

**VI. ПРОГРАММА ГОНКИ**

Участникам предстоит преодолеть трассу по пересеченной местности.

Гонка состоит из 15 препятствий, отражающих общие нормы комплекса ГТО. **Участники не информируются заранее о видах препятствий Гонки!**

**За 30 минут до начала соревнований, организаторы демонстрируют командам дистанцию.** Между препятствиями участников ждёт выполнение следующих нормативов:

- наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см);

- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (с применением «контактной платформы» (количество раз);

- поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 30 сек)

Отдельный вид (без учёта времени) – стрельба из пневматической винтовки.

Задача участников Гонки — преодолеть все препятствия за минимальное время и набрать максимальное количество баллов.   
Формат и очерёдность препятствий определяется организационным комитетом Гонки.

**Организаторы оставляют за собой право вносить изменения в программу соревнований.**

**VII. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Командное первенство среди участников определяется по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Гонки и наименьшему времени, прохождения дистанции (время + очки).

Временем окончания прохождения трассы считается, время пересечения финишной прямой последним участником команды.

В случае равенства сумм очков у двух или более команд преимущество получает команда, показавшая лучшее время прохождения дистанции.

**VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды победители и призеры, награждаются кубками и грамотами.

**IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Для участия в Гонке ГТО необходимо направить предварительную заявку в электронном виде по установленной форме (Приложение № 1 к Положению), на адрес электронной почты: [gto\_kirovsk@mail.ru](mailto:gto_kirovsk@mail.ru) , **не позднее 28 июля 2017 года.**

Дополнительная информация по тел. 8-921-344-43-24 (Гром Алёна Андреевна)

**X. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

В целях обеспечения безопасности зрителей и участников соревнования разрешается проводить на спортивных объектах, отвечающих требованиям нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по обеспечению общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

Каждый участник должен иметь расписку о самостоятельном несении ответственности за свое состояние здоровья во время соревнований, для несовершеннолетних – согласие на участие (заполняется законным представителем ребёнка), которое является основанием для допуска к состязаниям.

***Данное положение является официальным вызовом на Гонку.***

Приложение №1

к Положению о проведении Гонки ГТО

ЗАЯВКА

на участие в Гонке ГТО «Беги за мной» в Кировском муниципальном районе

Ленинградской области

**КОМАНДНОЕ ПЕРВЕСТВО**

(наименование учреждения/организации/название команды)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **п/п** | **ФИО** | **Дата рождения** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **4** |  |  |

Контактный номер ответственного/сопровождающего : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Руководитель команды: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(подпись. Ф.И.О.)*

Приложение №2

к Положению о проведении Гонки ГТО

**Расписка от родителей**

*(Заполняется собственноручно)*

Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(Фамилия, Имя, Отчество полностью)*

проживающий (ая) по адресу: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

телефон: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

являюсь законным родителем (опекуном) своего сына (дочери)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, *(Фамилия, Имя, Отчество полностью)*

настоящим подтверждаю, что несу самостоятельно полную ответственность за принятое решение, разрешив своему сыну (дочери) участвовать в соревнованиях: Гонка ГТО «Беги за мной», которые состоятся: 12 августа 2017 года, место проведения: территория стадиона им Ю.А.Морозова, г.Кировск.

Полностью осознаю все возможные последствия и риск здоровью в ходе участия в соревнованиях и на пути следования к месту проведения соревнований. Отказываюсь от любых претензий к организаторам по поводу состояния здоровья моего ребенка, а также пришедших в негодность или потерянных во время соревнований личных вещей.

Даю свое согласие на участие моего сына (дочери) в данном мероприятии.

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

*(Подпись) (Расшифровка)*

Приложение №3

к Положению о проведении Гонки ГТО

**Расписка от участников команды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

*(название команды)*

Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(Фамилия, Имя, Отчество полностью)*

Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(Фамилия, Имя, Отчество полностью)*

Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(Фамилия, Имя, Отчество полностью)*

Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(Фамилия, Имя, Отчество полностью)*

настоящим подтверждаю, что несу самостоятельно полную ответственность за принятое решение участвовать в соревнованиях: Гонка ГТО «Беги за мной», которые состоятся: 12 августа 2017 года, место проведения: территория стадиона им Ю.А.Морозова, г.Кировск.

Полностью осознаю все возможные последствия и риск здоровью в ходе участия в соревнованиях. Отказываюсь от любых претензий к организаторам по поводу состояния своего здоровья, а также пришедших в негодность или потерянных во время соревнований личных вещей.

Даю свое согласие на участие в данном мероприятии.

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

*(Подпись) (Расшифровка)*

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

*(Подпись) (Расшифровка)*

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

*(Подпись) (Расшифровка)*

4. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

*(Подпись) (Расшифровка)*