

## ПОЛОЖЕНИЕ

### О проведении областных соревнований Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)

#### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1.1. Областные соревнования Зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) (далее - Соревнования) проводятся с целью физкультурно-спортивного и патриотического воспитания среди обучающихся Мурманской области.

1.2. Задачи Соревнований:

- повышение уровня физической подготовленности обучающихся Мурманской области;
- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – комплекс «ГТО»);
- пропаганда здорового образа жизни среди обучающихся.

#### 2. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ

2.1. Общее руководство организацией и проведением Соревнований осуществляется Министерством образования и науки Мурманской области.

2.2. Непосредственное проведение Соревнований возлагается на Государственное автономное учреждение дополнительного образования Мурманской области «Мурманский областной центр дополнительного образования «Лапландия» (далее - ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия») и главную судейскую коллегию (далее – ГСК).

#### 3. МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

3.1. Соревнования проводятся с **15 по 18 февраля 2021 года в формате онлайн** на базе ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия» (подача заявок на участие в Соревнованиях осуществляется по адресу электронной почты [ekaterina.kozakova@laplandiya.org](mailto:ekaterina.kozakova@laplandiya.org)).

#### 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

4.1. К участию в Соревнованиях допускаются сборные команды общеобразовательных организаций Мурманской области.

4.2. Состав команды 7 человек из них: 1 руководитель команды, 3 юноши, 3 девушки: обучающиеся общеобразовательных организаций в возрасте от 6 до 12 лет с учетом возрастной градации, установленной I – III степенями комплекса ГТО.

## Требования к возрасту участников и составу команды

Ступень комплекса ГТО	Возраст участников	Количество	
		мальчики (юноши)	девочки (девушки)
I	6 – 8 лет	1	1
II	9 - 10 лет	1	1
III	11 - 12 лет	1	1

**5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

5.1. Программа Соревнований предусматривает проведение следующих видов программы с фиксацией их на видео:

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки, количество раз);
- подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши, количество раз);
- поднимание туловища из положения «лежа на спине» (количество раз за 1 мин.);
- наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см).

**Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (девушки)**

Исходное положение: упор лёжа на полу, ноги вместе, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, или предмета высотой 5 см., не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Зафиксировать исходное положение на 0,5 сек. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Разрешается одна попытка. Количество правильных выполнений идет в зачет.

Ошибки:

- касание пола коленями, бедрами, туловищем;
- нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;
- отсутствие фиксации на 0,5 сек. исходного положения;
- разновременное сгибание рук.

**Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)**

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 с.

Испытание выполняется на большее количество раз.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги);
- подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;

- фиксация исходного положения менее 1 с;
- подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

#### **Подъём туловища из положения «лежа на спине»**

Исходное положение - лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни закреплены, лопатки касаются мата, ступни прижаты партнёром к полу. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей (бёдер) и разгибания до возврата в исходное положение с касанием лопатками мата за 1 мин.

Количество правильных выполнений идет в зачет.

При трехкратном подряд повторении прежнего счёта выполнение упражнения прекращается командой судьи.

Ошибки:

- отсутствие касания локтями коленей;
- отсутствие касания лопатками мата;
- пальцы разомкнуты «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза).

#### **Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье**

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см.

Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей определить выпрямление ног в коленях.

При выполнении испытания по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

Ошибки:

- сгибание ног в коленях;
- отсутствие фиксации результата в течение 2 с;
- фиксация результата пальцами одной руки.

#### **5.3. Условия выполнения видов программы:**

1. Камера фиксируется перед началом видеосъемки так, чтобы можно было видеть участника и технику выполнения вида программы.

2. Перед выполнением испытания участник (или руководитель команды) называет свои фамилию, имя, отчество, наименование образовательной организации, ступень ГТО.

3. Результат, показанный участником, фиксируется в видеоролике, а также громко и четко озвучивается руководителем команды.

4. В видеоролике должны отображаться показания хронометража, должны быть четко слышны команды к началу и окончанию выполнения упражнения.

5. Качество видео не ниже 720p (разрешение, допустимое на мобильном телефоне). **Запрещается видеомонтаж ролика.**

## **6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ И ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

6.1. Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 01.02.2018 г. к Государственным требованиям всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 гг., утвержденным приказом Минспорта России от 19.06.2017 № 542.

6.2. Соревнования лично-командные. Победители и призеры в личном первенстве определяются по лучшим результатам в каждом виде испытаний комплекса ГТО.

6.3. В случае равенства результатов у двух и более участников им присуждается одинаковое (более высокое) место.

6.4. Командное первенство определяется по наибольшей сумме очков, набранных всеми участниками в личном первенстве в каждой ступени ГТО (I, II и III ступени). При равенстве суммы очков у двух и более команд, преимущество отдается команде, набравшей большую сумму очков за выполнение видов «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки)»/«Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)» всеми участниками команды, в случае равенства и этих результатов – за выполнение вида «Поднимание туловища из положения «лежа на спине»» и т. д.

6.5. Протесты относительно проведения Соревнований или показанного результата подаются в письменном виде от имени руководителя (представителя) команды на имя главного судьи соревнований не позднее 1 дня после объявления результата, являющегося предметом протеста.

В протесте указываются: полное наименование мероприятия, дата и место проведения, нарушенные разделы и/или пункты Положения, содержание нарушения по каждому пункту/разделу, дата и время подачи протеста.

Не принимаются к рассмотрению:

- протесты, составленные с нарушениями;
- несвоевременно поданные протесты;
- протесты на судейство.

Решение по протесту оформляется письменным заключением.

Решение ГСК пересмотру не подлежит.

## **7. НАГРАЖДЕНИЕ**

7.1. Победители и призеры в личном первенстве, награждаются грамотами и медалями Министерства образования и науки Мурманской области.

7.2 Команды-победители и призёры, награждаются кубками и грамотами Министерства образования и науки Мурманской области.

## 8. ФИНАНСИРОВАНИЕ

8.1. Расходы по проведению Соревнований осуществляются за счёт средств субсидии ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия» на выполнение государственного задания.

## 9. ПОРЯДОК И СРОКИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ЗАЯВОК

9.1. Заявки на участие в Соревнованиях, оформленные в соответствии с требованиями настоящего Положения (Приложение № 1), направляются в ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия» (наименование электронного документа: «Заявка на участие в Зимнем фестивале ГТО (наименование образовательной организации) в сканированном виде (формат **PDF**) по адресу электронной почты [ekaterina.kozakova@laplandiya.org](mailto:ekaterina.kozakova@laplandiya.org) (тема письма: «Заявка. Зимний фестиваль ГТО») в срок до 11 февраля 2021 года.

Заявка составляется без визы врача.

**Заявки, поступившие после установленного срока, не рассматриваются.**

Контактные лица по вопросам организации Соревнований:

- педагог-организатор ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия» Казакова Екатерина Николаевна, [ekaterina.kozakova@laplandiya.org](mailto:ekaterina.kozakova@laplandiya.org), тел. 8(8152) 41-10-50;

**Вместе с заявкой направляются следующие документы и видеоматериалы:**

**Документы:**

1. Копия паспорта (свидетельства о рождении) на каждого участника (в сканированном виде, формат PDF).

2. Согласие на обработку персональных данных родителя (законного представителя) для несовершеннолетних в возрасте до 18 лет на каждого участника (Приложение № 2) (в сканированном виде, формат PDF);

4. Согласие на обработку персональных данных руководителя команды (Приложение № 3) (в сканированном виде, формат PDF);

**Видеоматериалы:**

1. Видеоролик № 1 «Отжимания, ФИО участника»

2. Видеоролик № 2 «Пресс, ФИО участника»

3. Видеоролик № 1 «Наклон вперед, ФИО участника»

Каждая из позиций формируется отдельным файлом и подписывается согласно названию документа и видеоролика.

---

Приложение № 1  
к Положению о проведении областных соревнований  
Зимнего фестиваля Всероссийского  
физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)

**ЗАЯВКА**  
**на участие в областных соревнованиях Зимнего фестиваля Всероссийского**  
**физкультурно-спортивного комплекса**  
**«Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)**

от \_\_\_\_\_  
(наименование образовательной организации)

**15-18 февраля 2021 года**

№ п/п	Ф.И.О. участника (полностью)	Дата рождения (дд.мм.гггг.)	Серия, № свидетельства о рождении (паспорта)	Степень комплекса ГТО	Виза врача подпись, печать
<b>Юноши</b>					
1.					
2.					
3.					
4.					
<b>Девушки</b>					
1.					
2.					
3.					
4.					

**Руководители / представители команды:**

№ п/п	Представители команды	Ф.И.О. (полностью)	Контактный телефон	Адрес электронной почты (e-mail)
1.	Руководитель команды, <b>ответственное лицо по подготовке документов</b> для предъявления в комиссию по допуску участников к соревнованиям			

**\*к участию в соревнованиях допускаются участники в соответствии с численным и возрастным составом команды, документы которых предъявлены в комиссию по допуску участников;**  
**\*\*заполняется членом комиссии по допуску участников к соревнованиям.**

**Достоверность сведений, указанных в заявке подтверждаю.**

**Руководитель ОО** \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О) (печать, подпись)

**Руководитель команды**  
\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О) (подпись)

**СОГЛАСИЕ**  
**на использование и обработку персональных данных**  
**родителя и несовершеннолетнего участника конкурсных и иных мероприятий**

Я, \_\_\_\_\_,  
(Ф.И.О. родителя или законного представителя)

паспорт \_\_\_\_\_, выдан \_\_\_\_\_,  
(серия, номер) (когда и кем выдан)

(в случае опекунства указать реквизиты документа, на основании которого осуществляется опека или попечительство)  
являясь законным представителем моего несовершеннолетнего ребёнка

\_\_\_\_\_,  
(Ф.И.О. ребёнка)  
приходящегося мне \_\_\_\_\_,  
(сын, дочь и т.д.)

зарегистрированного и проживающего по адресу: \_\_\_\_\_,  
(населенный пункт, улица, дом, кв.)

даю согласие на обработку моих персональных данных и персональных данных моего ребёнка, т.е. совершение следующих действий: сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу), обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных, а также право на передачу такой информации третьим лицам, а также осуществление иных действий с моими персональными данными и персональными данными моего ребёнка, предусмотренных законодательством Российской Федерации оператору – Государственному автономному учреждению дополнительного образования Мурманской области «Мурманский областной центр дополнительного образования «Лапландия», расположенному по адресу: 183031, г. Мурманск, пр-кт Героев-североморцев, д. 2 (далее – Учреждение), в целях участия в конкурсных и иных мероприятиях, а также информационно-аналитического обеспечения мероприятий, информационного освещения мероприятий на информационных стендах, официальном сайте Учреждения, на официальных страницах Учреждения в социальных сетях, использования в статистических и аналитических отчётах по вопросам организации и качества образования.

Перечень персональных данных родителей (законных представителей) участника конкурсного и иного мероприятия, на обработку которых дается согласие: фамилия, имя, отчество, номер телефона одного или обоих родителей (законных представителей) несовершеннолетнего участника, домашний адрес, адрес электронной почты.

Перечень персональных данных участника конкурсного и иного мероприятия, на обработку которых дается согласие: фамилия, имя, отчество, образовательная организация, класс, домашний адрес, дата рождения, место рождения, серия и номер паспорта (свидетельства о рождении), сведения о выдаче паспорта (свидетельства о рождении), включая дату выдачи и код подразделения, СНИЛС, телефон, адрес электронной почты, наименование конкурсного и иного мероприятия, итоговый результат конкурсного испытания.

**Настоящее согласие предоставляется на осуществление действий в отношении моих персональных данных и персональных данных моего ребёнка, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей при обязательном условии соблюдения конфиденциальности персональных данных.**

Данным заявлением разрешаю считать общедоступными, в том числе выставлять в сети Интернет, следующие персональные данные моего ребёнка: фамилия, имя, отчество, место обучения, город проживания, а также мои данные: фамилия, имя, отчество, город проживания.

Подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую по собственной воле и в интересах своего ребёнка.

Я согласен(а), что обработка персональных данных может осуществляться как с использованием автоматизированных средств, так и без таковых и в соответствии с нормами Федерального закона «О персональных данных» от 27.07.2006 № 152-ФЗ:

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

Данное Согласие вступает в силу со дня его подписания и действует до его отзыва на основании письменного заявления одного из родителей (законных представителей) учащегося.

Я, \_\_\_\_\_,  
(Ф.И.О. родителя или законного представителя)

уведомлен(а) о своём праве отозвать настоящее согласие в любое время. Отзыв производится по моему письменному заявлению в порядке, определённом законодательством Российской Федерации.

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

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



### СОГЛАСИЕ

#### на использование и обработку персональных данных педагогического работника

Я, \_\_\_\_\_,

(ФИО)

паспорт \_\_\_\_\_, выдан \_\_\_\_\_,

(серия, номер)

(когда и кем выдан)

зарегистрированный и проживающий по адресу:

(населенный пункт, улица, дом, кв.)

даю согласие на обработку моих персональных данных, т.е. совершение следующих действий: сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу), обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных, а также право на передачу такой информации третьим лицам, а также осуществление иных действий с моими персональными данными, предусмотренных законодательством Российской Федерации оператору – Государственному автономному учреждению дополнительного образования Мурманской области «Мурманский областной центр дополнительного образования «Лапландия», расположенному по адресу: 183031, г. Мурманск, пр-т Героев-североморцев, д. 2 (далее – Учреждение), в целях участия в

(указать наименование конкурсного или иного мероприятия)

а также информационно-аналитического обеспечения мероприятий, информационного освещения мероприятий на стендах, в сети Интернет (в том числе на официальных сайтах Оператора, сайтах Министерства образования и науки Мурманской области, официальной группе ВК Оператора и т.д.), использования в статистических и аналитических отчётах по вопросам организации и качества образования.

Перечень персональных данных участника конкурсного и иного мероприятия, на обработку которых дается согласие: фамилия, имя, отчество, учреждение, домашний адрес, дата рождения, место рождения, серия и номер паспорта, сведения о выдаче паспорта, включая дату выдачи и код подразделения, телефон, адрес электронной почты, наименование конкурсного и иного мероприятия, итоговый результат конкурсного испытания.

**Настоящее согласие предоставляется на осуществление действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей при обязательном условии соблюдения конфиденциальности персональных данных.**

Данным заявлением разрешаю считать общедоступными, в том числе выставлять в сети Интернет, мои данные: фотография, фамилия, имя, отчество, место учебы, город проживания.

Подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую по собственной воле.

Я согласен(а), что обработка персональных данных может осуществляться как с использованием автоматизированных средств, так и без таковых и в соответствии с нормами Федерального закона «О персональных данных» от 27.07.2006 № 152-ФЗ:

(личная подпись)

Данное Согласие вступает в силу со дня его подписания и действует в течение 60 календарных дней.

Я, \_\_\_\_\_,

(ФИО)

уведомлен(а) о своём праве отозвать настоящее согласие в любое время. Отзыв производится по моему письменному заявлению в порядке, определённом законодательством Российской Федерации.

(личная подпись)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.