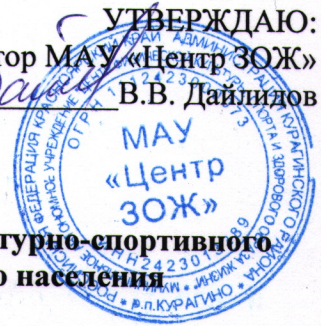


УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАУ «Центр ЗОЖ»  
В.В. Дайлидов



**Положение  
о проведении районного фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне» среди взрослого населения**

**Цель Фестиваля:**

- вовлечение взрослого населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи Фестиваля:**

- популяризация комплекса ГТО среди населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение участников, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и требований комплекса ГТО и активно участвующих в деятельности по продвижению комплекса ГТО.

**Руководство проведением Фестиваля**

Общее руководство организацией фестиваля среди взрослого населения осуществляет МАУ «Центр ЗОЖ». Главный судья: Анастасия Леонидовна Стахеева.

**Сроки и место проведения**

Фестиваль среди взрослого населения проводится 11.12.2021 года в 10:00 в физкультурно-оздоровительном комплексе «Олимп».

**Участники**

К участию в Фестивале допускаются сборные команды. Численный состав команды не более 5 человек (4 участника и 1 представитель) и формируется из участников 18 – 29 лет, 30 – 39 лет, 40 – 49 лет, 50 – 59 лет, допускаются участники любого пола). Так же к участию в Фестивале допускаются жители Курагинского района для участия в личном первенстве (18 – 29 лет, 30 – 39 лет, 40 – 49 лет, 50 – 59 лет).

**Программа соревнований:**

**VI, VII, VIII, IX ступени комплекса ВФСК ГТО:**

- рывок гири 16 кг (4 мин)/ сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу за 3 мин (мужчины)
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу за 3 мин (женщины)
- наклон вперед из положения стоя на гимнастической тумбе
- поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин
- Челночный бег 3x10

**Определение победителей**

Личное первенство среди участников VI, VII, VIII, IX ступени комплекса ГТО определяется отдельно среди мужчин и женщин и по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах спортивной испытаний в соответствии со 100-очковой таблицей оценки результатов в видах испытаний.

- В случае равенства очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в наклоне вперед из положения стоя на гимнастической тумбе

Командное первенство определяется по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах спортивной программы.



- В случае равенства сумм очков команд преимущество получает команда, показавшая лучший результат в наклоне вперед из положения стоя на гимнастической тумбе

#### **Награждение**

Участники Фестиваля, занявшие 1-3 места в личном первенстве в спортивной программе VI, VII, VIII, IX ступени комплекса ГТО отдельно среди мужчин и женщин, награждаются грамотами, медалями и ценными призами.

Команды, занявшие 1-3 места в спортивной программе, награждаются грамотами и кубками. Участники в составе команды награждаются медалями.

#### **Финансирование**

Расходы по награждению, оплате судьям, медицинскому и техническому персоналу за счет МАУ «Центр ЗОЖ».