

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ ДО МО ОЦР ДОПВ
Ю.О.Макеев



2023 г.

Положение
о проведении региональных соревнований «ГТО-командный зачёт»
для команд школьных спортивных клубов
общеобразовательных организаций Московской области
в 2023-2024 учебном году

I. Общие положения

1. Региональные соревнования «ГТО-командный зачёт» для команд школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций Московской области (далее - Соревнования) являются спортивно-массовым мероприятием, организуемым Министерством образования Московской области и Региональным отделением общероссийского общественно-государственного движения детей и молодёжи «Движение первых» Московской области совместно с органами местного самоуправления муниципальных образований Московской области, осуществляющими управление в сфере образования, во исполнение п.36 Плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства в Московской области, на период до 2027 года, утверждённым 30.03.2021 Первым заместителем Председателя Правительства Московской области О. С. Забраловой, в целях совершенствования системы физического воспитания детей, в том числе системы школьных спортивных клубов, в общеобразовательных организациях в Московской области.

2. Состав участников Соревнований, финансовое обеспечение, программа, сроки проведения мероприятия определяются настоящим Положением.

3. Общее руководство проведением Соревнований осуществляют Министерство образования Московской области и Региональное отделение общероссийского общественно-государственного движения детей и молодёжи «Движение первых» Московской области. Непосредственное проведение Соревнований возлагается на организационный комитет (далее – Оргкомитет), состоящий из представителей Регионального ресурсного детско-юношеского центра физической культуры и спорта ГБОУ МО ДО ОЦР ДОПВ (Приложение 1).

4. Оргкомитет назначает Главную судейскую коллегия (далее – ГСК), определяет расписание проведения Соревнований, принимает заявки от муниципальных органов управления образованием на участие команд в региональном этапе соревнований, направляет вызовы командам на

региональный этап, осуществляет информационное и методическое сопровождение регионального этапа Соревнований, решает другие организационно-технические вопросы.

5. Состав судейской коллегии по видам программы Соревнований, состоит из профессионально подготовленных лиц, имеющих образование по специальности «Физическая культура и спорт».

II. Обеспечение безопасности участников и зрителей

6. Соревнования проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям к размещению, устройству и содержанию объектов спорта, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2015 № 61 "Об утверждении СП 2.1.2.3304-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта", а также при условии наличия актов готовности физкультурного или спортивного сооружения к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

7. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01 марта 2016 года №134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

III. Места и сроки проведения Соревнований

8. Соревнования проводится в 2 этапа:

I этап – муниципальный (сентябрь-октябрь 2023 года). Проводится среди команд школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций в муниципальных образованиях Московской области. Государственные общеобразовательные организации Московской области участвуют в Соревнованиях на общих основаниях.

II этап – региональный (октябрь 2023 года). Проводится среди команд школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций, победивших в муниципальном этапе. Место, даты и формат проведения Соревнований регионального этапа определяется ГСК .

9. Сроки и формат проведения регионального этапа могут быть изменены.

IV. Участники соревнований

10. Участниками Соревнований являются команды школьных

спортивных клубов общеобразовательных организаций Московской области.

11. К участию в Соревнованиях допускаются обучающиеся из одной общеобразовательной организации в составе сборных команд школьных спортивных клубов, мальчики и девочки, которым на день проведения соревнований исполнилось **11-12 лет (III ступень)**.

V. Программа, состав команд и порядок проведения Соревнований.

12. Команды-участники прибывают к местам проведения регионального этапа Соревнований согласно времени, указанном в вызове Оргкомитета. Неявка команды засчитывается как поражение.

13. ГСК перед проведением регионального этапа Соревнований проверяет соответствие состава команды заявке, наличие разрешения медицинской службы и необходимых для участия документов.

14. ГСК представляет в Оргкомитет отчет о проведении Соревнований регионального этапа в трёхдневный срок со дня их окончания.

15. Программа и регламент проведения Соревнований:

Соревнования командные. Состав сборной команды строго 5 мальчиков, 5 девочек, 1 руководитель. Зачёт по 4 лучшим результатам у мальчиков и по 4 лучшим результатам у девочек в каждом виде программы. В программе 5 видов.

Виды программы:

1. Прыжки в длину с места толчком двух ног, выполняется последовательно друга за другом (4 мальчика, 4 девочки).

2. Сгибание и разгибание рук в упоре за 2 минуты (5 девочек). Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху за 2 минуты (5 мальчиков).

3. Поднимание туловища из положения лёжа за 30 сек. (5 мальчиков, 5 девочек).

4. Наклон туловища вперёд из положения (5 мальчиков, 5 девочек) из положения сидя на полу.

5. Эстафета (4 мальчика, 4 девочки).

Победитель в командном зачёте определяется по наименьшей сумме мест в видах программы. Место в видах определяется по наибольшему результату выполненных повторений (4 мальчика, 4 девочки). В эстафете по наименьшему времени (по лучшему времени). При равенстве баллов преимущество отдаётся команде, имеющей большее количество первых, вторых, третьих и т.д. мест.

Методические рекомендации по выполнению упражнений.

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 (далее – ИП): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участники выполняют прыжки «потоклом». В случае заступа участником за линию, ему предоставляется вторая попытка. Если участник выполнил заступ дважды, его результат не засчитывается.

Ошибки:

- 1) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 2) отталкивание ногами произошло не одновременно.
- 3) заступ за линию.

Сгибание и разгибание рук в упоре.

Проводится с применением «контактной платформы» высотой 5 см, либо кубика высотой 5 см.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, выполняется из ИП: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью «контактной платформы» или кубика высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнение тестирования. Отдых разрешается, после отдыха первое отжимание не засчитывается. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук.

Ошибки:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- 2) нарушение прямой линии «плечи-туловище-ноги»;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 сек с ИП;
- 4) поочередное разгибание рук;
- 5) отсутствие касания грудью платформы или кубика;
- 6) подъём волной.
- 7) отсутствие прямых рук при фиксации.

Подтягивание на высокой перекладине.

Подтягивание из виса на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе. Участник подтягивается так, чтобы подбородок пересек верхнюю линию грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 сек., продолжает выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.

Ошибки:

- 1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 сек. ИП;
- 4) одновременное сгибание рук.
- 5) отсутствие фиксации прямых рук в висе.

Поднимание туловища из положения лёжа.

Поднимание туловища из положения лежа выполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий за 30 секунд касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Для выполнения создаются пары, один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки:

- 1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- 2) отсутствие касания лопатками мата;
- 3) пальцы разомкнуты «из замка»;
- 4) смещение таза.
- 5) руки оторвались от головы

Наклон туловища вперед из положения сидя на полу

Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами выполняется из ИП: сидя на полу, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-30 см. пятки находятся на линии нулевой отметки. При выполнении испытания по команде участник выполняет два три предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем четвертом наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд на полу. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня линии нулевой отметки определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

Ошибки:

- 1) сгибание ног в коленях;
- 2) фиксация результата пальцами одной руки;
- 3) отсутствие фиксации результата в течение 2 сек.

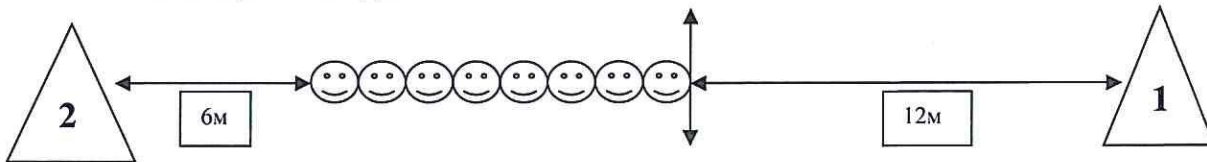
Эстафета.

Дистанция 12 метров. На дистанции стоят 2 конуса. Участники команды стоят в колонне по одному на линии старта (сначала 4 девочки, потом 4 мальчика). У первого участника в руках эстафетная палочка. По сигналу судьи первый участник бежит вперед до 1 конуса, оббегает его, возвращается до линии старта, пересекает её, и оббегая всю команду и 2 конус (стоящий в 6 метрах

позади линии старта), передаёт эстафету (передача палочки за линией старта) Следующий участник выполняет то же самое и т. д. Время фиксируется по последнему участнику, когда он пересечет линию старта.

Штраф 1 секунда за каждое нижеперечисленное нарушение:

1. заступ за линию старта
2. касание конуса или сбитый конус
3. необбегание конуса
4. помощь команды



16. Система проведения Соревнований регионального этапа определяется ГСК. Протесты в ГСК подаются только на нарушение принадлежности участников Соревнований к общеобразовательной организации в течение 30 минут после окончания Соревнований от руководителя команды. Решение ГСК является окончательным и дальнейшему рассмотрению не подлежит. В случае неспортивного поведения команды на Соревнованиях (драка, оскорбление судей и т.п.) команда по решению судьи по виду программы, может быть снята с Соревнований и её результаты аннулируются.

VI. Определение победителя и призеров Соревнований

17. Победители и призеры Соревнований определяются в командном зачете. Протокол регионального этапа Соревнований будет размещен на официальном сайте ГБОУ ДО МО ОЦР ДОПВ www.mosobl_centerdo.ru и в группе ВК https://vk.com/mosobl_centerdo

VII. Награждение победителей и призеров Соревнований

18. Победители и призёры регионального этапа Соревнований в командном первенстве награждаются дипломами и кубками. Участники команд, занявших 1-3 места в региональном этапе Соревнований, награждаются медалями. Количество призёров регионального этапа определяется ГСК.

VIII. Финансовое обеспечение проведения Соревнований

19. Затраты на проезд, питание, обеспечение команды единообразной спортивной формой финансируются за счёт средств командирующей стороны и внебюджетных средств.

20. Информационное обеспечение, обеспечение победителей и призеров регионального этапа наградным материалом финансируется за счёт средств бюджета Московской области.

IX. Заявки.

24. Предварительные заявки от муниципальных образований Московской области на участие в Соревнованиях регионального этапа принимаются в свободной форме **без указания персональных данных участников** по электронной почте sport@mosobl-centerdo.ru не позднее 17 сентября 2023 года. Отчёт о проведении муниципального этапа направляются на электронную почту sport@mosobl-centerdo.ru в течение 3-х дней после проведения соревнований муниципального этапа согласно Приложению 2.

25. В день проведения регионального этапа Соревнований команда предоставляет в комиссию по допуску к соревнованиям:

- заявку команды, заверенную директором общеобразовательной организации, согласно Приложению 3 к настоящему Положению;
- свидетельства о рождении на каждого участника или их заверенные печатью общеобразовательной организации копии;
- справку из общеобразовательной организации на каждого участника с фотографией (3×4 см), заверенную директором общеобразовательной организации и печатью, которая ставится на угол фотографии, с указанием в ней Ф.И.О. полностью, выданная не ранее 01 сентября 2023 года.

В случае отсутствия у участника одного из вышеперечисленных документов, участник не допускается к Соревнованиям.

При выезде команды на соревнования, обучающиеся должны иметь при себе полисы обязательного медицинского страхования (в комиссию по допуску к соревнованиям не предоставляется).

Руководители команд и директор общеобразовательной организации несут персональную ответственность за подлинность представленных документов.

В случае выявления нарушений подлинности документов и принадлежности участников к общеобразовательной организации результаты команды аннулируются.

Приложение 1
к Положению о проведении
региональных соревнований
«ГТО – командный зачет» для команд
школьных спортивных клубов
общеобразовательных организаций
Московской области
в 2023 – 2024 учебном году

Состав организационного комитета
по подготовке и проведению
регионального этапа соревнований «ГТО - командный зачет»
для команд школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций
Московской области в 2023-2024 учебном году

- Круглов Д.Г. – Руководитель Регионального ресурсного детско-юношеского центра физической культуры и спорта ГБОУ ДО МО ОЦР ДОПВ;
- Васильева А.А. – методист Регионального ресурсного детско-юношеского центра физической культуры и спорта ГБОУ ДО МО ОЦР ДОПВ;
- Иванова Г.Ю. – методист Регионального ресурсного детско-юношеского центра физической культуры и спорта ГБОУ ДО МО ОЦР ДОПВ;
- Сухачёва О.Н. – методист Регионального ресурсного детско-юношеского центра физической культуры и спорта ГБОУ ДО МО ОЦР ДОПВ.

Приложение 2
к Положению о проведении
региональных соревнований
«ГТО – командный зачет» для команд
школьных спортивных клубов
общеобразовательных организаций
Московской области
в 2023 – 2024 учебном году

ОТЧЁТ
о проведении муниципального этапа региональных соревнований
«ГТО - командный зачет»
для команд школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций
Московской области в 2023-2024 учебном году

Муниципальное образование:

Количество общеобразовательных организаций, принявших участие в муниципальном этапе	Количество обучающихся, принявших участие в муниципальном этапе	Победитель муниципального этапа (краткое название ОО)

Руководитель проводящей муниципальный этап организации

(ФИО, подпись, телефон)

М.П.

Приложение 3
к Положению о проведении
региональных соревнований
«ГТО – командный зачет» для команд
школьных спортивных клубов
общеобразовательных организаций
Московской области
в 2023 – 2024 учебном году

З А Я В К А
на участие в региональном этапе соревнований «ГТО - командный зачет»
для команд школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций
Московской области в 2023-2024 учебном году
(предоставляется непосредственно в день проведения)

Муниципальное образование: _____

Название школьного спортклуба _____

Общеобразовательная организация _____

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения	Является ли участником РДМ «Движение Первых» (да/нет)	Виза врача (допущен, печать напротив каждого участника)
1.				
...				

Допущено к соревнованиям _____ обучающихся Врач _____ (подпись)

Руководитель команды _____

(Фамилия, имя, отчество полностью, подпись, телефон)

Правильность заявки
подтверждаю:

Директор общеобразовательной организации

М.П.

(Фамилия, имя, отчество полностью, подпись, телефон)