


УТВЕРЖДАЮ  
Начальник Управления по ФКСиТ  
Администрации г. Челябинска

 М.С. Клещевников  
«   » \_\_\_\_\_ 2019 года

СОГЛАСОВАНО  
Начальник Комитета по делам  
образования г. Челябинска

 С.В. Портъев  
«   » \_\_\_\_\_ 2019 года

УТВЕРЖДАЮ

Председатель РОО «Федерация  
по спортивной гимнастике Челябинской  
области»

 В.Н. Червоткин  
«   » \_\_\_\_\_ 2019 года

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о проведении общегородской акции «Мы призываем к ГТО», посвященной Всероссийскому дню гимнастики**

#### **1. Цели и задачи:**

В соответствии с планом мероприятий, направленных на организацию массовых пропагандистских акций по продвижению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне» (ГТО), в том числе общероссийскими общественными физкультурно-спортивными организациями на 2019 год, 19 октября 2019 года проводится Общегородская акция «Мы призываем к ГТО» (далее – Акция).

Акция проводится в рамках Всероссийского дня гимнастики.

Целью проведения Акции является мотивация детей, подростков к физической активности и приобщение к здоровому образу жизни, позиционирование Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – Комплекс ГТО), как индикатора физического развития человека.

Основные задачи Акции:

- Формирование устойчивых навыков здорового образа жизни у детей;
- Развитие физических качеств и обеспечение оптимального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка;
- Популяризация физической культуры в целом и спортивной гимнастики в частном среди детей;
- Выявление перспективных детей.

## 2. Руководство подготовкой и проведением акции:

Общее руководство подготовкой и проведением акции осуществляет Региональная общественная организация «Федерация по спортивной гимнастике Челябинской области. Главный судья соревнований — судья Всероссийской категории Новиков Иван Владиславович.

## 3. Сроки и место проведения:

Акция проводится 19 октября 2019 года, в спортивном зале «ЧГТРК», по адресу: г. Челябинск, ул. Орджоникидзе, д. 54Б. Время прохождения станций с 12:00 до 14:00.

## 4. Участники акции:

К участию в акции допускаются дети в возрасте от 4 до 10 лет.

## 5. Программа акции:

В Программу входит прохождение станций (Приложение 1) согласно своему возрасту. Отметки о прохождении станции ставятся в бегунок, который выдается при регистрации участника. Регистрация проходит на входе в спортивный комплекс. После прохождения всех станций бегунок сдается в Главную коллегия в спортивном комплексе, подводится итоговый результат, всем участникам выдаются значки в соответствии с показанным результатом.

## 6. Условия определения победителей:

Участникам акции выдаются специальные значки и удостоверения о прохождении акции «Мы готовы к ГТО» в соответствии с показанным результатом.

## 7. Условие финансирования:

Расходы по организации и проведению осуществляются за счет средств РОО Федерация по спортивной гимнастике Челябинской области.

## 8. Контакты.

Все вопросы можно задать в главную судейскую коллегия - Новикову Ивану Владиславовичу - по телефону – 8-905-835-37-95 или по e-mail – [ivan-7504@mail.ru](mailto:ivan-7504@mail.ru).



Приложение 1

Станции/ Возраст	Значок Федерации	Мальчики 4 года	Мальчики 5-6 лет	Мальчики 7-8 лет	Мальчики 9-10 лет	Девочки 4 года	Девочки 5-6 лет	Девочки 7-8 лет	Девочки 9-10 лет
Челночный бег 3x10 м (с)	ЗОЛОТОЙ	11	10,6	9,8	9,2	11,2	10,8	10	9,5
	СЕРЕБРЯНЫЙ	11,3	11	10,4	9,7	11,5	11,2	10,6	9,9
	БРОНЗОВЫЙ	11,7	11,3	10,8	10,3	11,9	11,5	11	10,7
Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	ЗОЛОТОЙ	-	3	4	5	-	-	3	4
	СЕРЕБРЯНЫЙ	-	2	2	3	-	-	2	3
	БРОНЗОВЫЙ	-	1	1	2	-	-	1	1
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	ЗОЛОТОЙ	9	12	14	18	5	9	12	15
	СЕРЕБРЯНЫЙ	7	10	12	15	4	7	10	12
	БРОНЗОВЫЙ	5	7	8	10	3	5	8	9
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами (от уровня пола– см)	ЗОЛОТОЙ	8	7	5	5	6	5	3	3
	СЕРЕБРЯНЫЙ	12	10	8	8	10	8	5	5
	БРОНЗОВЫЙ	17	15	12	12	15	12	10	10
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	ЗОЛОТОЙ	100	120	140	160	90	110	130	150
	СЕРЕБРЯНЫЙ	80	100	120	140	70	90	110	130
	БРОНЗОВЫЙ	70	80	110	130	60	80	100	110
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	ЗОЛОТОЙ	18	22	28	36	12	16	22	30
	СЕРЕБРЯНЫЙ	14	18	24	30	9	13	18	26
	БРОНЗОВЫЙ	10	15	20	24	7	10	15	22