**СОГЛАСОВАНО** **УТВЕРЖДАЮ**

**Директор КСК**  **Директор МКУ «УСКиМП»**

**АК «АЛРОСА» (ПАО) МО «Город Мирный»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.П. Юст \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А. А. Денисов «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г.**

**П О Л О Ж Е Н И Е**

**о проведении тестирований по выполнению видов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее ВФСК «ГТО») среди населения города Мирного**

1. **Цели и задачи**

* Привлечение трудящихся и учащейся молодежи города Мирного к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
* Повышение уровня физической подготовленности населения города Мирного;
* Пропаганда здорового образа жизни;
* Пропаганда и популяризация ВФСК «ГТО»;
* Тестирования по выполнению видов испытания (тестов) ВФСК «ГТО».

1. **Организация и руководство**

Органом, образованным в целях поэтапной реализации государственной политики в области внедрения ВФСК ГТО на территории МО «Город Мирный», а также организационно-методического руководства этой деятельности, носящих рекомендательный характер, является Межведомственная комиссия по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Общее руководство по проведению тестирований по выполнению государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «ГТО» (далее тестирование) осуществляется муниципальным центром тестирования МКУ «УСКиМП» МО «Город Мирный».

Непосредственное проведение тестирований возлагается на рабочую комиссию по тестированию видов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» в МО «Город Мирный». Рабочая комиссия руководствуется методическими рекомендациями по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во ВФСК «ГТО», одобренных на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по внедрению и реализации ВФСК «ГТО» протоколом №1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1.

**3. Время и место проведения**

Тестирования проводятся соответственно плану-графику приема тестирований по выполнению видов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» (Приложение 1). Дополнительную информацию можно получить по тел. 4-62-25 - отдел по физической культуре и спорту МКУ «УСКиМП» МО «Город Мирный».

**4. Требование к участникам и условия их допуска**

В тестировании принимает участие население города Мирного от 18 лет и старше (**VI, VII, VIII, IX, X, XI ступени**), имеющее допуск врача, зарегистрированное и получившее личный УИН (уникальный идентификационный номер) на официальном сайте ГТО (www.gto.ru) и не имеющее отклонения в состоянии здоровья.

Тестирования видов испытания ВФСК «ГТО» проводится в соответствии с порядком организации и проведения тестирования групп населения, с Утвержденными Министерством спорта Российской Федерации государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения в рамках ВФСК «ГТО».

**5. Финансовые расходы**

Расходы по проведению и организации тестирований осуществляются за счет средств МКУ «УСКиМП» МО «Город Мирный».

Организация мест тестирований осуществляются на спортивных объектах АК «АЛРОСА» (ПАО) и МО «Город Мирный».

По вопросам, связанным с организацией и проведением тестирований, обращаться по телефону: 4-62-25 – отдел по физической культуре и спорту МКУ «УСКиМП» МО «Город Мирный».

**6. Заявки**

Заявки на участие подаются за 3 дня до прохождения тестирования по адресу г. Мирный ул. Советская 15/1 помещение 35 в отдел по физической культуре и спорту МКУ «УСКиМП» МО «Город Мирный» (тел./факс 4-62-25, адрес электронной почты: [Mirny\_uskimp@mail.ru](mailto:chp1986@mail.ru)) или непосредственно перед началом тестирования на регистрации участников главному судье (Приложение № 2, № 3).

Приложение № 1

**План-график тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в МО «Город Мирный» на 2017 год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Виды испытаний | Дата проведения | Адрес, телефон | Наименование места тестирования |
| Плавание 25м, 50м. | март | г. Мирный ул. Комсомольская, д. 27 | Плавательный бассейн «Кристалл» ФОК КСК АК «АЛРОСА» (ПАО) |
| Бег на лыжах и передвижение на лыжах 2км, 3км, 4км, 5км | апрель | г. Мирный мр. Заречный ул. Куницына, д. 18б | Лыжная база «Заречная» МКУ «УСКиМП» МО «Город Мирный» |
| Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10м (мишень №8). | апрель | г. Мирный ул. шоссе Кузакова, д.3 | Стрелковый тир КСК АК «АЛРОСА» (ПАО) |
| Бег на 100м, 2000м, 3000м; | май, сентябрь | г. Мирный ул. Комсомольская, д. 2/1 | Стадион «Триумф» СК «им. 60-летие Победы» КСК АК «АЛРОСА» (ПАО), Манеж «Триумф» СК «им. 60-летие Победы» КСК АК «АЛРОСА» (ПАО) |
| Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега; | май, сентябрь |
| Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине и из виса на высокой перекладине; | май, сентябрь |
| Рывок гири; | май, сентябрь |
| Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье; | май, сентябрь |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; | май, сентябрь |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине; | май, сентябрь |
| Смешанное передвижение на 2км, 3км, 4км. | май, сентябрь |
| Бег на лыжах и передвижение на лыжах 2км, 3км, 4км, 5км | октябрь | г. Мирный мр. Заречный ул. Куницына, д. 18б | Лыжная база «Заречная» МКУ «УСК и МП» МО «Город Мирный» |
| Плавание 25м, 50м. | октябрь | г. Мирный ул. Комсомольская, д. 27 | Плавательный бассейн «Кристалл» ФОК КСК АК «АЛРОСА» (ПАО) |
| Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10м (мишень №8). | октябрь | г. Мирный ул. шоссе Кузакова, д.3 | Стрелковый тир КСК АК «АЛРОСА» (ПАО) |

Приложение № 2

**ЗАЯВКА**

**на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**

**«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование** | **Информация** |
|  | Фамилия, Имя, Отчество |  |
|  | Пол |  |
|  | УИН номер |  |
|  | Дата рождения |  |
|  | Документ, удостоверяющий личность (паспорт) |  |
|  | Адрес места жительства |  |
|  | Контактный телефон |  |
|  | Адрес электронной почты |  |
|  | Основное место учебы (место работы) |  |
|  | Спортивное звание |  |
|  | Почетное спортивное звание |  |
|  | Спортивный разряд с указанием вида спорта |  |
|  | Перечень выбранных испытаний | 1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  5.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  6.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  7.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  8.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  9.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  10.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  11.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

Приложение № 3

**ЗАЯВКА (коллективная)**

на прохождение тестирований в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

**«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(*наименование организации*)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **ФИО** | **УИН участника** | ***ступень*** | **Номер телефона** | **Перечень выбранных видов испытаний (тестов)** | | | | | **Допуск врача** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Всего в заявке \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_человек

Представитель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_