

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор СПб ГБУ
«Центр физической культуры
и спорта «Нарвская застава»
С.В. Евсеев
«28» августа 2024 г.

Регламент

**физкультурно-оздоровительного мероприятия «Лига ГТО» среди
учащихся 10-11 лет (III ступень), 12-13 лет (IV ступень),
14-15 лет (V ступень), 16-17 лет (VI ступень)
ОУ Кировского района г. Санкт-Петербурга.**

I. Место и сроки проведения

Физкультурно-оздоровительное мероприятие «Лига ГТО» проводится в II этапа.

I этап – Плавание

Дата проведения: 18 сентября

Место проведения: Бассейн «Атлантика»
дорога на Турухтанные острова дом 6 корпус 2

Регистрации/старт/проход в бассейн согласно графику (см. Приложение № 2)

II этап – Рекорды ГТО

Дата проведения: 21 сентября

Место проведения: Стадион «Шторм»
пр. Народного Ополчения 24 литера А

Регистрации/старт согласно графику (см. Приложение № 3)

II. Программа физкультурного мероприятия

I этап – Плавание

Плавание - 50 метров вольным стилем

II этап – Рекорды ГТО

- прыжок в длину с места
- поднимание туловища из положения лежа за 1 мин.
- подтягивание на высокой перекладине (только юноши)
- сгибание разгибание рук в упоре лежа (только девушки)
- наклон
- бег на выносливость (согласно возрастной ступени)

III. Требования к участникам физкультурного мероприятия и условия их допуска

К участию в физкультурном мероприятии допускаются учащиеся ОУ Кировского района г. Санкт-Петербурга, возраст участников 10-11 лет (III ступень), 12-13 лет (IV ступень), 14-15 лет (V ступень), 16-17 лет (VI ступень)

К участию допускается **не более 8 человек** в каждой возрастной ступени
Участники должны быть зарегистрированы во Всероссийской системе АИС ГТО на сайте www.gto.ru (сайт ВФСК «ГТО»)
Каждый участник должен иметь действующий медицинский допуск.

IV. Заявки на участие

Допуск к участию в физкультурном мероприятии осуществляется в соответствии с протокол-заявками (Приложение № I).

Протокол-заявка оформляется и подается на КАЖДУЮ СТУПЕНЬ ОТДЕЛЬНО!!!
Оригиналы заявок подаются судейским бригадам в день проведения физкультурного мероприятия.

V. Подведение итогов

Участник, не выполнивший I этап (плавание), ко II этапу не допускается!!!

Итоги физкультурного мероприятия «Лига ГТО» среди учащихся III, IV, V, VI ступеней, и среди юношей и девушек подводятся отдельно.

Итоги участия определяются:

Плавание – по наименьшему времени прохождения дистанции

Рекорды ГТО – по лучшему результату в каждом виде отдельно

VI. Награждение

Участники, физкультурно-оздоровительного мероприятия «Лига ГТО», принявшие участие в двух этапах, будут отмечены знаками отличия Комплекса ВФСК ГТО, согласно выполненным нормативам.

Рекордсмены ГТО получают памятные призы.