

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела физической культуры и  
спорта администрации  
МО «Всеволожский муниципальный район»  
Ленинградской области

«12» 04 2023 г. Е.В. Ларионова



УТВЕРЖДАЮ

Директор  
МАУ «Всеволожский центр  
физической культуры и спорта»

«11» 04 2023 г. В.С. Гайдуков



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Спартакиады для людей старшего возраста  
МО «Всеволожский муниципальный район»

Всеволожский район  
2023г.

Спартакиада для людей старшего возраста  
МО «Всеволожский муниципальный район»  
(далее – соревнования)

## **1. Общие положения**

Соревнования проводятся с целью вовлечения жителей муниципального образования к систематическим занятиям физической культурой и спортом, и проводится в соответствии с календарным планом мероприятий администрации МО «Всеволожский муниципальный район» ЛО в сфере физической культуры и спорта на 2023 год.

Организаторам и участникам запрещается оказывать противоправное влияние на результаты соревнований, участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные спортивные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3 части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

### **Цели и задачи:**

- Пропаганда и популяризация ценностей физической культуры и спорта среди людей старшего возраста, как важного фактора активного долголетия;
- Привлечение людей старшего возраста к систематическим занятиям физической культуры и спортом;
- Повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
- Выявления сильнейших участников для участия в областном этапе Ленинградской области Спартакиады.

## **2. Сроки, место и время проведения соревнований**

Соревнования проводятся **25 апреля 2023 года в 11:00**, по адресу г. Сертолово, ул. Молодцова д.4, корп.3, ФОК «Норус» МБУ «ВСШОР».

## **3. Руководство соревнованиями.**

3.1. Учредителем соревнований является администрация муниципального образования «Всеволожский муниципальный район» Ленинградской области.

3.2. Общее руководство соревнованиями осуществляется отделом физической культуры и спорта администрации МО «Всеволожский муниципальный район» Ленинградской области. Непосредственное проведение соревнований возлагается на МАУ «Всеволожский центр физической культуры и спорта».

3.3. Главный судья соревнований – Чуркин Андрей Витальевич.

3.4. Ситуации, не предусмотренные Положением, разрешаются судьёй на виде, совместно с главной судьёй соревнований.

#### **4. Программа соревнований.**

10:00-11:00 - регистрация команд  
11.00 – торжественное построение и открытие Соревнований  
11:20-12:00 - соревнования по стрельбе из электронного оружия  
11.20-12.00 - командная эстафета  
11:20-12:45 - выполнение нормативов ВФСК «ГТО»  
12:00-13:00 - соревнования по шахматам  
12:00-13:00 - соревнования по настольному теннису  
12:00-13:00 - соревнования по Северной ходьбе  
13:45 – награждение

##### **Соревнования по настольному теннису**

Состав команды 2 человека (мужчина, женщина). Соревнования проводятся по правилам вида спорта «Настольный теннис», система проведения соревнований – олимпийская. Личное первенство среди участников определяется среди мужчин и женщин.

##### **Соревнования по шахматам**

Состав команды 2 человека (мужчина, женщина). Соревнования проводятся по правилам вида спорта «Шахматы», система проведения соревнований - олимпийская. Контроль времени на обдумывание ходов: по 10 минут до конца партии каждому участнику + 5 секунд на каждый сделанный ход. Личное первенство среди участников определяется среди мужчин и женщин.

##### **Выполнение нормативов ВФСК «ГТО»**

К выполнению нормативов допускаются участники спартакиады. Участники, выполнившие три вида испытаний, получают сувенирную продукцию с символикой ВФСК ГТО. Участникам, зарегистрированным на сайте «ГТО» [www.gto.ru](http://www.gto.ru), при предоставлении на регистрации своего ID-номера «ГТО», результаты испытаний могут быть занесены в личный кабинет ГТО. Соревнования идут в командный зачёт.

Командный зачет определяется по сумме баллов всех участников команды (по всем видам испытаний фестиваля).

- за золотой знак – 1 балл
- за серебряный знак – 2 балла
- за бронзовый знак – 3 балла
- без знака – 4 балла

Участники, выполнившие все 3 норматива, получают в общекомандный зачет сумму баллов, соответствующее уровню выполненных нормативов.

Виды испытаний:

№	Группа (полных лет)	Вид испытания	Вид испытания	Вид испытания
<b>Мужчины</b>				
1	60-69	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Наклон вперёд из положения стоя	Поднимание туловища из положения лёжа
2	70+	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула	Наклон вперёд из положения стоя	Поднимание туловища из положения лёжа
<b>Женщины</b>				
1	55-59	Сгибание и разгибание рук в упоре на полу	Наклон вперёд из положения стоя	Поднимание туловища из положения лёжа
2	60-69	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Наклон вперёд из положения стоя	Поднимание туловища из положения лёжа
3	70+	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула	Наклон вперёд из положения стоя	Поднимание туловища из положения лёжа

**Соревнования по стрельбе из электронного оружия**

Состав команды – 2 человека (1 мужчина, 1 женщина).

Соревнования идут в командный зачёт. Каждый участник делает три пробных и пять зачетных выстрелов. Личное первенство среди участников определяется среди мужчин и женщин.

**Соревнования по Северной ходьбе**

Состав команды 4 человека (не менее 1 мужчины).

Соревнования проводятся согласно действующим правилам соревнований «Северная ходьба». Соревнования проводятся в личном зачете. Личное первенство среди участников определяется среди мужчин и женщин.

**Соревнования «Командная эстафета»**

Состав команды – вся команда.

Каждый участник команды проходит один этап эстафеты.

Этапы эстафеты прописаны в Положении №2.

Соревнования проводятся в командном зачете. Победители определяются по наименьшему времени прохождения командой всех этапов эстафеты.

### **Общий командный зачет**

В общий командный зачет идут места, занятые участниками команды в личных и командных видах соревнований. Если команда не выступает в каком-либо виде соревнований, то ей присваивается место, соответствующее количеству участников в данном соревновании.

Общекомандное место определяется по наименьшей сумме набранных командой баллов во всех видах соревнований спартакиады.

## **5. Требования к участникам соревнований. Условия их допуска. Порядок формирования команд.**

Принять участие в Спартакиаде могут команды городских и сельских поселений Всеволожского района, подавших заявку по установленной форме (Приложение 1), до **21 апреля на электронную почту [vsevcenterfks@mail.ru](mailto:vsevcenterfks@mail.ru)**. Возраст участников: мужчины – 60 лет и старше, женщины – 55 лет и старше. Возраст участников – на момент проведения соревнований.

В день соревнования необходимо привезти оригинал именной заявки от делегации, заверенную врачом и руководителем направляющей организации с указанием фамилии, имени, отчества и даты рождения.

### **Состав команды 8 чел.**

- Соревнования по настольному теннису -2 чел. (1муж. + 1жен.).
- Соревнования по шахматам -2 человека (1 муж. + 1жен.).
- Соревнования по Северной ходьбе - 4 чел. (не менее 1 мужчины).
- Выполнение нормативов ВФСК «ГТО» - Принимают участие все участники команды.
- Соревнования по стрельбе - 2 человека.
- Командная эстафета - вся команда 8 человек.  
(Результат идет в общекомандный зачет)

## **6. Награждение. Итоги.**

Победители и призеры Спартакиады награждаются медалями и грамотами отдельно в каждом виде спорта (Участники, выполнившие три вида испытаний, получают сувенирную продукцию с символикой ВФСК ГТО). Победители и призеры в командном зачете награждаются кубком и грамотой.

Все участники награждаются памятными подарками. Вся оперативная информация о мероприятии и результаты соревнований будут публиковаться в официальной группе отдела физической культуры и спорта администрации МО «Всеволожский муниципальный район» [https://vk.com/vsev\\_sport](https://vk.com/vsev_sport).

## **7. Финансирование**

Расходы, связанные с приобретением наградной продукции (кубки, медали, грамоты), памятных подарков, сувенирной продукции, услугами а/м «скорой помощи», транспортные услуги, услуги судейской бригады, оформление зала, полиграфическая продукция, аренда оборудования, канцелярские расходы, антисептические средства и средства индивидуальной защиты, согласно утвержденной смете соревнований, за счет средств бюджета МО «Всеволожский муниципальный район» в рамках муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта во Всеволожском муниципальном районе Ленинградской области на 2022-2026 годы» на 2023 год, финансирование осуществить МАУ «Всеволожский центр ФКС».

Расходы по командированию на соревнование: на проезд и питание за счет командирующей организации, и за счет бюджетов городских и сельских поселений.

## **8. Обеспечение безопасности участников и зрителей.**

Соревнования проводятся на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности физкультурного и спортивного сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка 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» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Каждый участник соревнований должен иметь действующий медицинский допуск спортивного диспансера или разовую медицинскую справку от врача для участия в соревнованиях.

## **9. Страхование участников.**

Участие в Спартакиаде осуществляется при наличии договора (оригинала) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника

соревнований. Страхование участников соревнований может производиться за счет бюджетных и внебюджетных средств в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Телефоны для справок: Центр физической культуры и спорта -  
8 (81370)38-075, 8 (81370)38035, 8-931-27-688-27

**Данное положение является официальным приглашением  
на соревнование.**

Приложение №1

**ЗАЯВОЧНЫЙ ЛИСТ**

Команды города (поселения) \_\_\_\_\_

Для участия в Спартакиаде для людей старшего возраста МО «Всеволожский муниципальный район»

Дата проведения: 25 апреля 2023 г.

Место проведения: г. Сертолово, ул. Молодцова д.4 корп.3, ФОК «НОРУС»

№ п/п	ФИО (полностью)	Дата рождения	УИН ГТО	Виды, в которых участвует	Допуск врача\медицинская справка
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Допущено к участию \_\_\_\_\_ чел.

Ответственный: \_\_\_\_\_ (ФИО, тел.)

Печать, подпись ответственного лица.



Общекомандная эстафета

- 1 этап - бег с эстафетной палочкой вокруг фишки и обратно;
- 2 этап - ведение баскетбольного мяча вокруг фишки и обратно;
- 3 этап - бег с ведением флорбольного мяча клюшкой вокруг фишки и обратно;
- 4 этап - бег ведением футбольного мяча вокруг фишки и обратно;
- 5 этап - бег с мячом на ракетке вокруг фишки и обратно;
- 6 этап - бег с кольцами и надевание их на конусы, вокруг фишки и обратно  
гладкий бег;
- 7 этап - сбор колец с конусов, вокруг фишки и обратно;
- 8 этап - бег с эстафетной палочкой вокруг фишки и обратно.