



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по социальной и  
воспитательной работе

\_\_\_\_\_ А.Б. Шестаков

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профкома преподавателей  
и сотрудников

 \_\_\_\_\_ Ю. В. Мерзляков

**Дополнение  
к положению о проведении III Универсиады среди преподавателей,  
сотрудников и аспирантов ФГБОУ ВО «МГТУ им Г.И. Носова»**

**Регламент соревнований по ТРОЕБОРЬЮ  
(выполнение нормативов ВФСК ГТО)**

Настоящий Регламент соревнований по троеборью составлен на основании Положения о проведении III Универсиады среди преподавателей, сотрудников и аспирантов ФГБОУ ВО «МГТУ им Г.И. Носова» и определяет порядок проведения соревнований.

**1. Общие положения**

Соревнования проводятся с целью популяризации физической культуры и спорта и в целях привлечения преподавателей, сотрудников и аспирантов «МГТУ им. Г.И. Носова» к регулярным занятиям физической культурой и спортом, а также повышения физической подготовленности профессорско-преподавательского состава университета.

Основными задачами Универсиады являются:

- пропаганда здорового образа жизни и формирование позитивных жизненных установок;
- увеличение систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- подготовка преподавателей, сотрудников и аспирантов к сдаче контрольных нормативов ГТО;
- выявление лучшего спортивного коллектива университета;
- выявление сильнейших спортсменов для комплектования сборной команды университета.

**2. Время и место проведения соревнований**

Дата проведения соревнований — 30 ноября 2017 года. Начало соревнований в 16.30 ч.

Место проведения — Дворец спорта МГТУ им. Г.И. Носова (пр. Ленина, 38/2),

Соревнования проводит судейская коллегия, состав которой утверждает факультет физической культуры и спортивного мастерства.

- ✓ Гл. судья:
- ✓ Судьи.

**3. Организаторы соревнований**

Общее руководство, подготовка и проведение соревнований осуществляется профкомом преподавателей и сотрудников ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова». Непосредственная подготовка к соревнованиям по троеборью возлагается на главную судейскую коллегия при участии спортивного клуба МГТУ и факультета физической культуры и спортивного мастерства.

**4. Требования к участникам и условия допуска к соревнованиям**

4.1 К участию в соревнованиях допускаются преподаватели, сотрудники и аспиранты ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова», являющиеся членами профсоюзной организации.

4.2 ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ регистрация участников при наличии документа с фотографией проводится за 30 минут до начала соревнований во Дворце спорта МГТУ по адресу: пр. Ленина, 38/2 у судейского столика.



4.3 Заявки установленного образца (Приложение 1) на участие в соревнованиях по троеборью подаются до 28 ноября 2017 г. (включительно) в профком преподавателей и сотрудников МГТУ (профилакторий, ауд. 407) в письменном виде и обязательно в **электронном** виде на адрес: [neretinat@mail.ru](mailto:neretinat@mail.ru).

Справки по тел. 8-908-587-1943 (Неретина Татьяна Геннадьевна).

4.4 Заявка **ОБЯЗАТЕЛЬНО** должна быть подписана директором/деканом института/ факультета/СП и **ПРЕДОСТАВЛЕНА В ПЕЧАТНОМ ВИДЕ В ДЕНЬ СОРЕВНОВАНИЙ**.

4.5 Испытания проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), которые представлены на сайте <http://www.gto.ru> и данным регламентом (Приложение 3).

4.6. Участники должны иметь допуск врача или личное заявление об ответственности за свою жизнь и здоровье (Приложение 2).

## **5. Программа проведения и подведение итогов соревнований**

### 5.1 Программа соревнований:

В программу троеборья входят следующие виды испытаний из ВФСК ГТО:

- 1) прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см);
- 2) наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье или на полу (см);
- 3) подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз), *для мужчин*;
- 4) поднятие туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.);
- 5) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

Участник заявляется в трех видах испытаний из пяти предложенных в программе до начала соревнований. **Обязательным видом является наклон вперед из положения стоя (на гибкость).**

### 5.2 Соревнования лично-командные.

Состав команды – неограничен, зачет **по шести** лучшим результатам в троеборье (три мужчины, три женщины).

5.3 Нормативы ВФСК ГТО к вышеуказанным упражнениям в соответствии с возрастом участников указаны в Приложении 3 и на сайте <http://www.gto.ru>.

## **6. Подведение итогов соревнований**

Соревнования по троеборью проводятся в один день.

6.1 При выполнении норматива золотого значка в каждом виде троеборья участнику присуждается 7 очков, за серебро – 5 очков, за бронзу – 3 очка. В возрастной группе 40 лет и старше выполненный норматив приравнивается к золотому и оценивается в 7 очков. В возрастной группе 40 лет и старше в испытания по выбору (п. 4\*) добавлен прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см), что не предусмотрено нормами ГТО.

6.2 За каждый дополнительный сантиметр в прыжках в длину с места, наклоне вперед стоя, а также за каждое дополнительное число раз в подтягивании из виса на высокой перекладине, поднятии туловища из положения лежа на спине, сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу, превышающие нормы ГТО на золотой значок, начисляется дополнительно 1 очко.

6.3 Победители и призеры в личном зачете среди мужчин и среди женщин определяются по максимальному количеству очков, набранных в троеборье.

6.4 Победители и призеры (1, 2 и 3 место) в командном зачете определяются по максимальному количеству очков команды по пяти лучшим результатам в троеборье независимо от пола.

6.5 В случае равенства очков у двух и более команд, места определяются правилами проведения соревнований.

Протесты подаются в письменном виде на рассмотрение апелляционной комиссией не позднее 30 минут после окончания соревнований.

### **7. Награждение**

Участники, занявшие призовые места в личном зачете награждаются премией в размере: 1 место – 500руб., 2 место- 400руб., 3 место.– 300руб. (премию получают только члены ППО преподавателей и сотрудников МГТУ). Премия перечисляется победителям путем безналичного расчета в течение двух недель после соревнований. В командном зачете подразделения награждаются грамотами за 1, 2, 3 место.

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

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

### **9. Дополнительная информация**

Данное положение является официальным приглашением на соревнования по тоеборью среди преподавателей, сотрудников и аспирантов ФГБОУ ВО «МГТУ им Г.И. Носова» и команд факультетов/институтов/структурных подразделений.