

УТВЕРЖДАЮ:  
Министр социального развития  
Оренбургской области  
 Е.А. Сладкова  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Министр физической культуры  
и спорта Оренбургской области  
 О.И. Паныкин  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.



СОГЛАСОВАНО:  
Председатель Оренбургской  
областной организации  
Всероссийской общественной  
организации ветеранов  
(пенсионеров) войны, труда,  
Вооруженных Сил  
и правоохранительных органов  
 В.И. Гугин  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о X Спартакиаде «Спортивное Долголетие»**  
**среди лиц старшего поколения Оренбургской области**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Спартакиада «Спортивное Долголетие» среди лиц старшего поколения Оренбургской области (далее – Спартакиада) проводится в целях:

- пропаганды и популяризации физической культуры и спорта как важного фактора активного долголетия;
- привлечения лиц старшего возраста к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
- развития массового спорта среди людей старшего возраста в Оренбургской области.

**II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Спартакиада проводится в два этапа:

I этап: соревнования в муниципальных образованиях Оренбургской области в течение августа 2022 года.

II этап: региональные соревнования 07-08 сентября 2022 года в г. Оренбурге, СК «Олимпийский», ул. Новая, 17.

## Шахматы

Соревнования личные.

В соревнованиях принимают участие 2 человека от команды (1 муж. и 1 жен.).

Соревнования проводятся по правилам быстрых шахмат.

Система соревнований определяется ГСК в зависимости от количества участников.

Победители определяются по лучшему результату отдельно среди мужчин и женщин.

## Легкая атлетика

Соревнования личные.

В соревнованиях принимают участие 2 человека от команды (1 муж. и 1 жен.).

Дистанция: бег 1000 метров мужчины и женщины.

Победители и призеры в личных соревнованиях определяются по лучшим результатам участников отдельно среди мужчин и женщин в двух возрастных группах до 70 лет и старше 70 лет.

## Стрельба из электронного оружия

Соревнования личные.

В соревнованиях принимают участие 2 человека от команды (1 муж. и 1 жен.).

Стрельба производится из электронного оружия, предоставленного организаторами соревнований на дистанцию 10 м по неподвижной мишени №8.

Выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных. Время на стрельбу – 10 мин. Время на подготовку – 3 мин.

Результат не засчитывается если выстрел произведен без команды спортивного судьи.

Победители определяются по лучшему результату отдельно среди мужчин и женщин.

## Дартс

Соревнования лично-командные. В соревнованиях принимают участие все члены команды.

Соревнования проводятся в спортивной дисциплине «Набор очков».

Спортивная дисциплина предусматривает набор очков за 10 серий (подходов) по 3 дротика. Результат упражнения определяется по сумме очков, набранных в результате всех точных попаданий в мишень (в соответствии с правилами вида спорта «Дартс»).

Метание дротиков – до первого лопнувшего шара из трех попыток.

Удары футбольным мячом по футбольным воротам – до первого попадания в ворота из трех попыток. За каждый невыполненный или выполненный с нарушением этап начисляются штрафные секунды.

Победители и призеры определяются по наименьшему времени, затраченному на эстафету.

### Выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО

Соревнования личные.

Выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО осуществляется по следующим ступеням ВФСК ГТО:

IX ступень – женщины 55-59 лет;

X ступень – женщины, мужчины 60-69 лет;

XI ступень – женщины, мужчины 70 лет и старше.

Тестирование проводится по следующим испытаниям:

– поднимание туловища из положения лежа на спине (мужчины, женщины, все ступени);

– наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (мужчины, женщины, все ступени);

– сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины IX ступень);

– сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (мужчины, женщины X ступень);

– сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (мужчины, женщины XI ступень).

Результаты участников определяются в соответствии с методическими рекомендациями по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 21.09.2018 № 814.

Победители и призеры в личных соревнованиях определяются по лучшим результатам участников отдельно среди мужчин и женщин.

### Настольный теннис

Соревнования личные. В соревнованиях принимают участие 2 человека от команды (1 муж. и 1 жен.).

Система проведения соревнований определяется ГСК.

Ракетки используются личные.

Победители и призеры определяются по лучшим результатам участников отдельно среди мужчин и женщин.

15:00 – Окончание соревнований, подведение итогов, награждение победителей и призеров Спартакиады, отъезд участников.

№ п/п	Виды программы	Сроки проведения	Количество участников	
			мужчины	женщины
1.	Плавание (50 м вольный стиль)	07 сентября	1	1
2.	Комбинированная эстафета	07 сентября	все участники команды	
3.	Выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО	07 сентября	4	4
4.	Настольный теннис	07-08 сентября	1	1
5.	Шахматы	07-08 сентября	1	1
6.	Легкая атлетика (1000 м)	08 сентября	1	1
7.	Стрельба из электронного оружия	08 сентября	1	1
8.	Дартс	07 сентября	все участники команды	

Спартакиада проводится в соответствии с действующими правилами видов спорта, включенных в программу соревнований, а также настоящим Положением и Регламентами по видам спорта, включенным в программу соревнований.

### Плавание

Соревнования личные. В соревнованиях принимают участие 2 человека от команды (1 мужчина и 1 женщина).

Дистанция 50 метров вольный стиль.

Система проведения соревнований определяется ГСК.

Победители и призеры в личных соревнованиях определяются по лучшим результатам участников отдельно среди мужчин и женщин в двух возрастных группах до 70 лет и старше 70 лет.

### Комбинированная эстафета

Соревнования командные.

В соревнованиях принимают участие все члены команды. Каждый участник принимает участие только в одном этапе эстафеты.

Этапы эстафеты:

- спортивная ходьба;
- броски мяча в баскетбольную корзину;
- ведение футбольного мяча;
- метание дротиков по воздушным шарам;
- бег с теннисной ракеткой и чеканкой мяча;
- бег с препятствиями с преодолением четырех легкоатлетических барьеров под планкой;
- удары футбольным мячом по хоккейным воротам;
- гладкий бег.

Броски мяча в баскетбольную корзину выполняются до первого попадания из трех попыток.

### **III. ОРГАНИЗАТОРЫ СПАРТАКИАДЫ**

Общее руководство организацией Спартакиады осуществляют министерство физической культуры и спорта Оренбургской области (далее – минспорт Оренбургской области) и министерство социального развития Оренбургской области при участии Оренбургской областной организации Всероссийской общественной организации ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов.

Полномочия минспорта Оренбургской области по организации и проведению Спартакиады в соответствии с государственным заданием осуществляются государственным автономным учреждением «Центр проведения мероприятий Оренбургской области» (далее – ГАУ «ЦПМ ОО»).

Непосредственное проведение II этапа Спартакиады возлагается на ГАУ «ЦПМ ОО» и главную судейскую коллегию (далее – ГСК).

### **IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

В региональных соревнованиях участвуют сборные команды муниципальных образований Оренбургской области.

Возраст участников: мужчины 60 лет и старше, женщины 55 и старше, не имеющие спортивных званий (мастер спорта и выше) в заявленном для участия виде программы. Возраст определяется на 01 августа 2022 года.

Состав команды 9 человек, в том числе 8 спортсмена (4 мужчины и 4 женщины) и 1 представитель команды.

Команда должна иметь единую спортивную форму.

Один участник команды может выступать не более чем в двух видах программы (кроме комбинированной эстафеты, ВФСК ГТО, дартса), входящих в общекомандный зачет Спартакиады.

Команды с неполным составом к участию в региональных соревнованиях не допускаются.

Командный зачет проводится по двум группам: городские округа и муниципальные районы.

Каждый участник должен иметь медицинский допуск к соревнованиям.

### **V. ПРОГРАММА РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА СПАРТАКИАДЫ**

07 сентября

09:00-10:00 – Прибытие команд

10:00 – Торжественное открытие

10:30 – Начало соревнований в соответствии с программой

17:00 – Окончание соревнований

08 сентября

10:00 – Прибытие команд

10:30 – Начало соревнований в соответствии с программой

- удары футбольным мячом по хоккейным воротам;
- гладкий бег.

Броски мяча в баскетбольную корзину выполняются до первого попадания из трех попыток.

Метание дротиков – до первого лопнувшего шара из трех попыток.

Удары футбольным мячом по футбольным воротам – до первого попадания в ворота из трех попыток. За каждый невыполненный или выполненный с нарушением этап начисляются штрафные секунды.

Победители и призеры определяются по наименьшему времени, затраченному на эстафету.

## **6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

В соревнованиях Спартакиады разыгрываются:

- личное первенство;
- командное первенство;
- общекомандное первенство.

Победители и призеры в личном первенстве определяются по лучшим результатам участников отдельно среди мужчин и женщин в каждом виде соревнований.

Командное первенство определяется по наибольшей сумме очков, набранных всеми участниками команды в каждом виде соревнований.

Общекомандное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых во всех видах программы. При равенстве суммы мест у двух и более команд, преимущество получает команда, имеющая лучший результат в комбинированной эстафете.

## **7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники соревнований, занявшие призовые места в личных соревнованиях, награждаются медалями и грамотами министерства физической культуры и спорта Оренбургской области.

Команды, занявшие призовые места в командном первенстве, награждаются кубками и дипломами, призами Оренбургской областной организации Всероссийской общественной организации ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов. Также призами областной организации ветеранов награждаются участники (мужчина и женщина), показавших лучшие результаты в командном зачете. Участники команд награждаются медалями и грамотами минспорта Оренбургской области.

Команда-победитель общекомандного зачета, награждается кубком и диплом министерства физической культуры и спорта Оренбургской области.

## **8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы по организации проведения региональных соревнований Спартакиады осуществляются ГАУ «ЦПМ ОО» за счет средств, предусмотренных министерством физической культуры и спорта Оренбургской области на государственное задание.

Расходы по участию в Спартакиаде осуществляются за счет средств командующих организаций.

Расходы по награждению кубками, дипломами и призами в командном первенстве осуществляются за счет средств Оренбургской областной организации Всероссийской общественной организации ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов

## **IX. 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 видов спорта, включенных в программу Спартакиады.

Соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Оказание скорой медицинской помощи и допуск участников осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 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» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» (далее – приказ Минздрава России №1144н).

## **X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ**

Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии полиса (оригинал) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника соревнований.

## **XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Предварительные заявки (форма прилагается) на участие команд в региональных соревнованиях Спартакиады подаются до 29 августа 2022 года по e-mail: [migushov9393@mail.ru](mailto:migushov9393@mail.ru)

Контактный телефон (3532) 48 28 04 доб. 310. (Плахова Елена Михайловна).

В день приезда представители команд предоставляют в мандатную комиссию:

- заявку, заверенную руководителем командирующей организации с визой врача о допуске спортсменов;
- полис (оригинал) страхования от несчастных случаев на всех участников;
- паспорта (оригиналы) участников;
- отчет о проведении муниципального этапа Спартакиады.

Протесты в письменной форме, рассматриваются главным судьей, который принимает по ним решения непосредственно на месте, а в случаях, требующих перепроверки, не позднее 1 часа после подачи протеста. После утверждения результатов протесты не принимаются.

Организаторы имеют право вносить изменения в данное Положение, информация о внесенных изменениях будет доведена до участников дополнительно.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СПАРТАКИАДУ**

**ИМЕННАЯ ЗАЯВКА**  
 на участие в IX Спартакиаде «Спортивное долголетие»  
 среди лиц старшего поколения Оренбургской области

от команды \_\_\_\_\_  
наименование муниципального образования

всего в рамках Спартакиады участие в соревнованиях муниципального этапа  
 приняли \_\_\_\_\_ чел.

№ п/п	ФИО (полностью)	Дата рождения, серия, номер паспорта	Адрес регистрации	Вид программы	Медицинский допуск
1.					
2.					
3.					
4.					

Представитель команды \_\_\_\_\_  
ФИО

тел. \_\_\_\_\_

Руководитель командирующей организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
ФИО подпись