ПРОЕКТ «ПОКОЛЕНИЕ «СПОРТМАСТЕР» 2013-2018 гг.

Одобрен
Экспертным советом по физической культуре и спорту
Комитета по социальной политике Федерального Собрания
27.09.2013

Этапы и сроки реализации проекта

- * **Сроки реализации проекта:** 2014 2018 гг.
- * Проект предлагается реализовать в три этапа:
- * Первый этап 2014 гг. Реализация пилотного проекта в Московской области
- * Второй этап 2015- 2016 гг. Реализация проекта во всех крупных регионах Российской Федерации
- * Третий этап 2017 -2018 гг. Реализация проекта в остальных регионах страны, планирование последующих шагов по реализации социально ориентированных PR проектов

Соотношение комплектов спортивного оборудования для поставок в одно муниципальное образование:

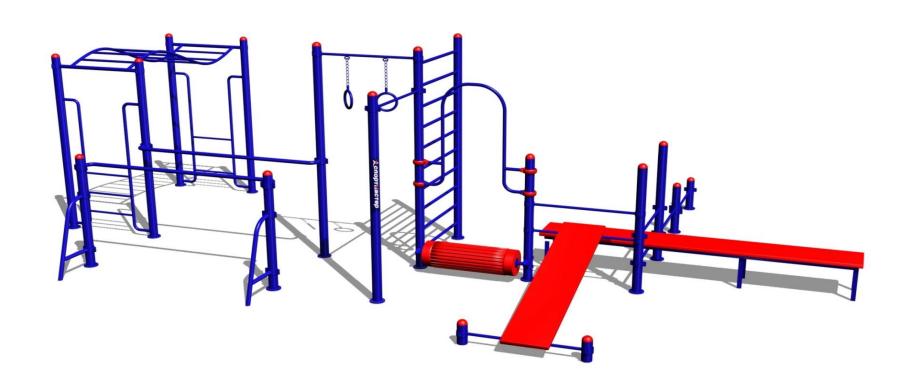
- * два комплекта спортивно-развивающего оборудования
- * восемь комплектов гимнастического оборудования



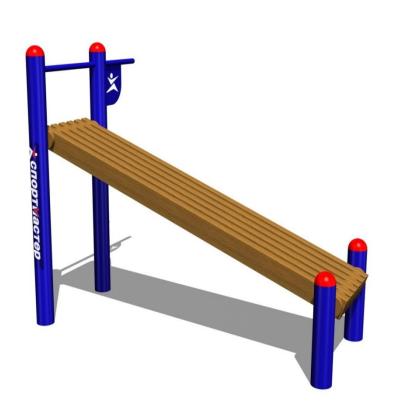
Подготовка оснований для спортивных площадок, монтаж оборудования и открытие спортивных площадок

- * Подготовка оснований спортивных площадок, монтаж и установка спортивного оборудования, поставленного Компанией «Спортмастер» в рамках пилотного проекта сфера ответственности администраций муниципальных образований, ТСЖ и управляющих компаний
- * Во время торжественного открытия площадок организуются PR-мероприятия с привлечением СМИ, представителей Компании «Спортмастер», представителей федеральных и региональных органов власти и местного самоуправления, спортсменов, которые проведут «мастер-классы» по демонстрации возможностей спортивного оборудования

Спортивно-развивающее оборудование

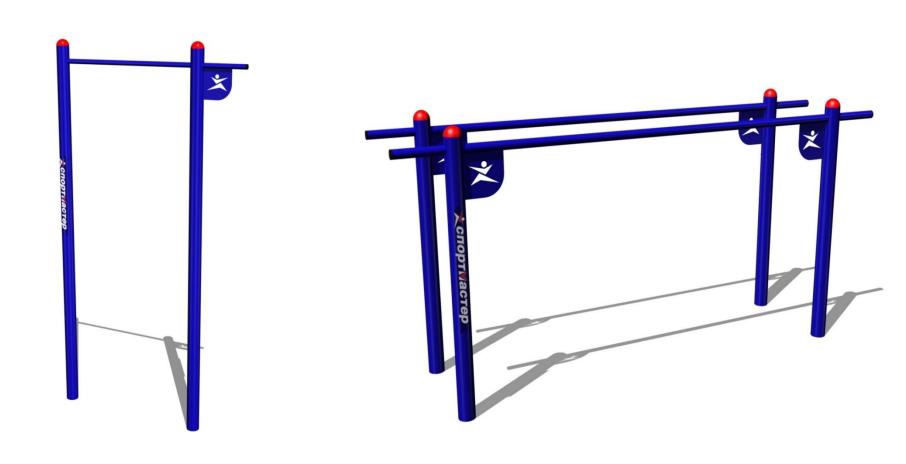


Спортивное оборудование





Спортивное оборудование



Информационный щит



Информационные щиты

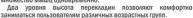


Мы делаем спорт доступным!

Гимнастическая площадка 1 типа



Турник разноуровневый. Турник позволяет выполнять огромное количество упражнений – подлягивания, отжимания, подъемы ног, стойки, выходы силой, мажи, обороты, перелеты. Существуют стандартные варианты упражнений, считающиеся базовыми и множество вариаций, позволяющих включить в работу дополнительные группы мышц. Подтягивания – чрезвычайно эфективное упражнение, которое задействует множество мышц одновременно.





Брусья. Брусья позволяют выполнать полноценную тренировку весх мышц верхней части тела благодаря большому количеству упражнений – отжимания, махи, стойки. Упражнения на брусьях являются одними из самых эффективных, так как требует не только симь, но и равновесия, кородинации. Практически все упражнения существуют в динамическом и статическом варианте, когда положение тела фиксируется на определенное время.





Скамья для пресса прямая. Премуществом наконной скамья является возможность выполнять упражнения на пресс с увежиченной амплитудой и сопротивлением, при этом сокращается больше мышц брюшного пресса, чем это возможно на прямой скамье или при выполнения упражнения на полу.

Основные упражнения – скручивание, подъём корпуса, подъем



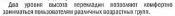
жспортмастер

Мы делаем спорт доступным!

Гимнастическая площадка 2 типа



Турник разноуровневый. Турник позволяет выполнять огромное комичество упражнений – подтягивания, откимания, подъемы ног, стойки, выходь смой, мажи, обороты, перейты. Существуют стандартные варианты упражнений, считающиеся вазовыми и можество вариаций, позволяющих включить работу дополительные группы мышц. Подтягивания чрезвычайно эффективное упражнение, которое задействует можество мышци одновременно.







Тренажерный комплекс.

4 тренажера в 1: турник, брусья, упор для подъема ног на пресс, шведская стенка. Одновременно на тренажере может заниматься до 4 человек.





Спортивно-развивающее оборудование.

Универсальный комплекс содержит в себе: шведскую стенку, гимнастические кольца, брусья, перекладины, перекладины до тожмальний, актолную скамыю, огражонтальную скамыю, бетовой барабан, рукоход. Позволяет задействовать различные группы мышц. Одновременно на комплексе может заниматься до 11 чемовек.





Мы делаем спорт доступным!

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Виды испытаний (тесты) и нормы:

L СТУПЕНЬ (возрастная группа от 6 до 8 лет)

2826 SPUR 3440 3440 2925 кладине (количество AVA EGATELABBRAG AS BACS 18 11 ека на визкой перемации (квижество раз) или сгибание и разгибание рук в упорележа на полу 17 менество разі Касание при Кахание пола Достипь пол Карание пола. Достить по Касание пола окожения стоя с примыми

СТУПЕНЬ

орастна:		

Me		Hopeaness								
١.	Виды испытаний		Мачания		Девочин					
VΩ	(tecns)	Бранзовый зеих	Серебриный 2485	Soveres Series	Бронтевый знач	CepeSpools 2HAX	3000109			
П			озатемьные испыт							
Г	Подгагивание из вика на высожи перевладине (комечество раз)	2	3	5			-			
1.	или подпятивание на вина лежи на нигоскі перевладине (комичество раз)	-	-	-	7	9	15			
	или отибавие и разтибание рук в уворе лежа на волу (комичество раз)	9	12	16	5	7	12			
	Накион втород на положения стоя с премыми ногами на полу	Касанне пона панырам рук	Касание пала пальцами рук	Дрегать пол издоновия	Касштее пола пальцания рук.	Касание пола пальцения рук	Достить пол ладовими			

СТУПЕНЬ

	(603)	астая групі	и от 11 до 2	2 <i>ne</i> r)
			Норм	ативи
еды өспытарый		Мальчини		$\overline{}$
(тесть)	Environni	Canadinamia	Saverná same	Essen

3/		l	Management		Девочия			
=	(меть)	1926	Соробряный 2488		Брекзовый 24%	Серебряный 2488	Savereë THEN	
		06	BATEMARINE HOE	итания (тесть()				
	Подгогивание на вика на высокой перемадине (каличество рас)	3	4	7	-		-	
1.	ким подпогисание из виса лека на нисинай перекладине (комичество раз)		-	-	9	11	17	
	ыни сгибанне и разлибание рук в упоре лежа на поку (количество раз)	12	14	20	7	8	14	
	Накион взирид из покожения стол о промыми ногами на роду		Какение поле гальцами рук				Касанее тола польцание рук	

IV, СТУПЕНЬ

	3 до 15 лет)

Ne				Hage	DETROM		
Nt II/	Веды еспытаний		Макическ			Деврика	
ń	(remé)	Брокповый знак	Cepetipasion Stax	SOMETER SHAK	Sportssali stax	Серебраный знак	Земотой зник
Τ		06	ватемыные испы	пания (тесть)			
1.	Подпитивание из виса на высокой перевладание (количество раз)	4	6	10	-	-	-
	ния подпитиванне из вика лева на низивай перекладиче (количество раз)	•	•	-	9	11	18
	ния слибание и разлибание рук в упоре лика на полу (количество раз)	•	•	-	7	9	15
2.	Наклан вперед из поизхения стря с приными ногами на полу	Касание пона паньцами рук	Касание пела пальцями рук	Дретить пои. ладреямы	Касанже пела гольцами рук	Касание пела пальцими рук	

V, СТУПЕНЬ

(возрастиях группа от 16 до 17 лег)

	Веди испытаний (регол)	Нермативы							
Nr			Юноши		Депуски				
1/0		Брокоозый знак	Серебреный зеик	Severeii Seak	Броктовый знак	Серебриный знак	Severeik 2484		
		06:	паленьные новы	ганжи (текть)					
	Подтягеванее из веса на выссела перекладане (комплектоо раз)	8	10	13	-		-		
	или рывов гири 16 кг (колитиство раз)	15	25	85			•		
	или подлегивание на виса илиза на низкой перекладиоте (комплектво раз)	-	-	-	11	13	19		
	или стибание и разтибание рук в упоре лека на толу (коммество раз)				9	10	16		
z.	Навлен вперед на почожения оток с премыми ногоми на пемератической скамье (веко уровня скамь»-см)	6	8	13	7	9	16		

VL СТУПЕНЬ

(вограстная группа от 18 до 29 лет)

			MANAGE N						
		Reputation							
Ne	Виды выпытання		от 18 до 24 лят			r 25 go 29 Art			
0/0	(remi)	Бронзвемя	Серебриный	Залогой	Бранзовый	Серебриный	Земотой		
		2125	SHAK	384K	2898	3181	2486		
		06/03/19/6	ныя жельпания (текты)					
1.	Подгогивание из писа на пъксиой перекладине (комичество раз)	9	10	13	9	10	12		
1	ими рывок пере 16 кг (комичество рад)	20	30	40	20	30	40		
2.	Начиси вперед из положения стан с примыми негами на памизотической оказиле (якие уревия оказиления)	6	7	13	5	6	10		
=			XII H III, N II H						

	I	жан жүн жи							
N:	Вели испытання бисть		er 18 ap 24 ner		9	л 25 до 29 илт			
n/n	виды исполним систе	Speedousek stak	Серебриный знак	Sonatak seak	Бронсевый 2026	Cepeborousk stak	SOACTOR SPICE		
Облазамыные испытания (писты)									
1.	Подпитеранне из виса лежа на незили переиладине (количество раз)	10	15	20	10	15	20		
-	ние спебажее и разпебажее рук о уворе лика на полу (количество раз)	10	12	14	10	12	14		
2.	Наклан вперед из положения стоя с промыми ногами на гемпастической скамые (ниво уровня скамын-см)	8	11	16	7	9	13		

V■ СТУПЕНЬ (возрастмая группа от 30 до 39 лет)

г		Норматисы								
Ne		er:	30 go 34 me			TRA GE GA, GE TO				
1/1	(mone)	Брокораній	Серебряный	Severei	Бранзовый	Серебриний	Земотой			
		2435	2125	31486	3928	2125	31436			
Г	Обходимание испытания (посты)									
Ī,	Подпиневание из виса на высокой перекладине (комичество раз)	4	6	9	4	5	8			
1.	ния рывок пере 16 кг (количество раз)	20	30	40	20	30	40			
2.	Наклан вперед на покожения стоя с премыми ногами на гивностической сказање (ниже уровня скамы»-см)	Досталь- осамьно пальцами рук	4	6	Достить скамые пальцани рук	2	4			
=			23 EU I							

	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Repuzives							
Ne	l		и 30 до 34 ил			от 35 до 39 лет			
1/1	Виды нопытаний (уесты)	Бропевый зная	Серебряный 248к	Severe# seak	Брокований знак	Серебухный знак	Severeii Sesak		
Τ		O5state.	льные непытани	e (herna)					
1.	Подтипеванее из виса нека на незира перемадине (измичество раз)	12	15	20	12	15	20		
	или стибание и разтибание рук в уворе лена на волу (количество раз)	6	8	12	6	8	12		
2.	Паилон этиред из положения стая с принциме ногаме на пимвастической скамье (киме	Дастать окамью ладовеми	7	9	Касанон полици паньцами рук	4	6		

VIII СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 40 до 49 лет)

Ne	Виды испытаний (песь)		Норматилы						
1/1		Myseue	HM .	Хенци	Женарины				
10.1	(16.16)	от 40 до 44 лет	ot 45 go 49 mm	от 40 до 44 мгт	ot 45 ap 49 mt				
		Обязительные исп	MINNE (FEITH)						
Г	Подсягнавання на окон на окусной перевладине (количество раз)	5	4		-				
ı	или рывок гири 16 кг (количество рас)	20	15		-				
1-	или подтигивание из вока нежа на низирё перекладине (количество раз)			15	10				
	или спибание и разлибание рук в угоре лижа на поку (каличество раз)	30	28	12	50				
2.	Наилон вперед, из положения стоя с приными ногами на полу	Касание пола плималии рук							

іх. ступень

(возрастная группа от 50 до 59 лет)

	Веди испытаний (техну)	Нармативы						
n/n		Мужения		Хицин				
nyn	Owney	ет 50 до 54 лег	6г 55 др 59 лег	от 50 до 54 илт	ат 55 добій мет			
Обязательные испытания (посты)								
_	Педлинавние из окол на околеной верекладине (количество рас)	3	2	-	-			
	яли рывок гири 16 ит (количество рас)	15	10					
	али подтигивание из весе лока на мизирё перекладине (комичество раз)			10	8			
	или стибание и разгибание рук и уворе лика на полу (каличество раз)	25	20	8	6			
2	Наилен изгеред из полежения стея с примыми ногами на полу	Касание пола паньцими рук						

х, ступень

(BOXDACTHAR FOWTHS OF 60 AC 69 ACT)

Me n/n	Виды истыпання (посты)	Нермитивы		
		Мускины	Женцины	
		on GD Ao GB sen	er 60 an 69 ner	
	Обязательные нов	итания (текты)		
1.	Стибания и распибания рук к упоре о гимнастическую скамыю (воличество рас)	10	6	
2.	Подлимание туконница из фалоковия нежа на стине (количентво раз)	20	15	

Х⊾ СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 70 лот и старше)

Me n/n	Велы испытаевій	Норякативы						
	расти и назмативы	Мухмин	Хиндриы					
	(hecitob is antibonativativa	ет 70 мет и отариле	от 70 лет и старше					
Обязательные негытання (поль)								
L	Спибание и разгибанне рук в упоре о сиденье стула (комичество раз)	8	6					
2.	Подлинавание туковница на покожения кежа на огние (количество раз)	15	10					

Утверждены приказом Минспорта России от «08» июля 2014 г. № 575

Сертификаты соответствия на спортивное оборудование



БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ "Поколение "Спортмастер"

1000 спортивных площадок в 100 городах России



Мы делаем спорт доступным!