|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| бСОГЛАСОВАНО:  Руководитель МКУ  «Управление культуры»  Шарыповского МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.Ю.Даниленко  «\_\_\_» августа 2025 года | СОГЛАСОВАНО:  Директор МБУ ДО  «СШ Шарыповского МО"   * 1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.Б. Андреева   «\_\_\_» августа 2025 год | УТВЕРЖДЕНО:  Руководитель  МКУ «УСиТ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н. П. Линюшин  «\_\_\_» августа 2025 год |
|  |  |  |

**Положение**

**о фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного**

**комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**среди взрослого населения**

**2025**

1. **Общие положения**

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди взрослого населения   
(далее – Фестиваль), проводится в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Красноярского края на 2025 год, утвержденным приказом министерства спорта Красноярского края от 27.12.2024 527п, с целью привлечения различных категорий населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- популяризация комплекса ГТО среди различных возрастных групп населения;

- повышение уровня физической подготовленности населения;

- пропаганда здорового образа жизни;

- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой   
и спортом;

- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов комплекса ГТО и активно участвующих в деятельности   
по продвижению комплекса ГТО.

Положение является официальным приглашением к участию   
в Фестивале и основанием для командирования.

1. **Место и сроки проведения**

Фестиваль проводится в два этапа:

**I этап (муниципальный):** 13 сентября 2025 года  
в с. Березовское Шарыповского муниципального округа на спортивных объектах МБУ ДО «СШ Шарыповского МО.

Регистрация с 10 - 00;

Начало в 11-00.

**II этап (региональный)** (команда собирается из сильнейших участников I этапа): с 11 по 12 октября 2025 года в городе Красноярске, в том числе 10-11 октября – дни приезда, 12-13 октября – дни отъезда.

1. **Руководство проведением**

Проведение I этапа Фестиваля на центр тестирования по выполнению нормативов испытаний(тестов) комплекса ГТО Шарыповского муниципального округа, тел. 8(39153)39-9-75, эл. адрес: [dush32@mail.ru](mailto:dush32@mail.ru)

Состав судейской бригады по видам испытаний утверждается директором МБУ ДО «СШ Шарыповского МО» из числа спортивных судей, имеющих соответствующую судейскую категорию по видам спорта, дисциплины которых являются видами испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Положением о спортивных судьях, утвержденным приказом Минспорта России от 28.02.2017 № 134 с изменениями от 19.12.2022 и допущенных к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с порядком допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 19.10.2017 № 909.

1. **Требования к участникам и условия их допуска**

**К участию в I этапе** Фестиваля допускаются взрослое население Шарыповского МО от 20 до 70 лет и старше (с VIII по XVIII ступень комплекса ГТО).

Все участники должны быть зарегистрированы на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru), через портал «Госуслуги» (вход в личный кабинет ВФСК ГТО осуществляется по логину и паролю от действующих госуслуг) и иметь свой УИН (уникальный идентификационный номер ВФСК ГТО) (находиться в личном кабинете ВФСК ГТО), иметь в наличии допуск врача или медицинскую справки о состоянии здоровья, выданную поликлиническим учреждением по месту жительства.

**К участию во II этапе** Фестиваля допускается по одной команде   
от муниципального образования Красноярского края.

Состав команды не более 9 человек (8 участников и 1 представитель) формируется из участников в возрастных группах: 20-24 года, 25-29 лет, 30-34 года, 35-39 лет, 40-44 года, 45-49 лет, 50-54 года, 55-59 лет, 60-64 года, 65-69 лет, 70 и старше (не более 1 мужчины и 1 женщины в возрасте 20-29 лет, 30-39 лет, 40-49 лет, 50-59 лет, 60 и старше), показавших лучшие результаты на I этапе Фестиваля.

1. **Заявки на участие**

Для участия в I этапе Фестиваля необходимо направить заявку (приложение №1), по электронной почте на адрес: dush32@mail.ru в срок до 20 сентября 2024 года. Либо предварительно позвонить тел. 8(39-153)39-9-75. и записаться.

По всем вопросам обращаться тел. 8(93-153)39-9-75, т.89293353390

1. **Программа фестиваля**

Программа фестиваля включает спортивную программу.

* 1. **Условия проведения спортивной программы Фестиваля**

Соревнования Фестиваля являются личными.

Спортивная программа Фестиваля состоит из выполнения участниками следующих видов испытаний (тестов) комплекса ГТО (многоборье ГТО):

Таблица № 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Испытания (тесты)** | |
| **Мужчины** | | |
| 1 | Подтягивание на высокой перекладине (количество раз за 3 мин) | 8-15 ступени  20-59 лет |
| 2 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью или в упоре о сиденье стула (количество раз за 3 мин) | 16-18 ступени  (60-70 и старше) |
| 3 | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической тумбе | Все возрастные ступени |
| 4 | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) | Все возрастные ступени |
| 5 | Прыжок в длину с места (см) | 8-11 ступени  (20-39 лет) |
| 6 | Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м. из электронного оружия | 8-15 ступени  20-59 лет |
| **Женщины** | | |
| 1 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа о гимнастическую скамью или в упоре о сиденье стула (количество раз за 3 мин) | Все возрастные ступени |
| 2 | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической тумбе | Все возрастные ступени |
| 3 | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) | Все возрастные ступени |
| 4 | Прыжок в длину с места (см) | 8-11 ступени  (20-39 лет) |
| 5 | Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м. из электронного оружия | 8-15 ступени  (20-59 лет) |

Соревнования в испытаниях по силовой гимнастике (сгибание  
и разгибание рук в упоре лежа на полу за 3 минуты, подтягивание из виса  
на высокой перекладине за 3 минуты) проводятся в соответствии  
с правилами вида спорта «полиатлон» утвержденными приказом Минспорта России от 18.10.2019 №866, испытания «плавание на 50 м, плавание на 25 м» проводится в соответствии с правилами по виду спорта «плавание» утвержденными приказом Минспорта России от 16.11.2023 №806, испытания беговой программы (бег на 1000 и 3000 м) проводятся в соответствии  
с правилами вида спорта «легкая атлетика» утвержденными приказом Минспорта России от 09.03.2023 №153, испытания «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту», «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье», «Смешанное передвижение на 1000 м» и «Сгибание и разгибание рук в упоре  
о гимнастическую скамью или в упоре о сидение стула за 3 минуты» проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями   
по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду   
и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России от 29 мая 2023 г.

1. **Условия подведения итогов**

Личное первенство в спортивной программе определяется раздельно среди мужчин и женщин в следующих возрастных ступенях:

20-24 лет (8 ступень) 25-29 лет (9 ступень);

30-34 лет (10 ступень) 35-39 лет (11 ступень);

40-44 лет (12 ступень) 45-49 лет (13 ступень);

50-54 лет (14 ступень) 55-59 лет (15 ступень);

60-64 лет (16 ступень) 65-69 лет (17 ступень);

70 лет и старше (18 ступень).

Соотношение полученных результатов и очков осуществляется  
по 100-очковой таблице оценки выполнения испытаний (тестов)   
(приложение № 6).

В случае равенства очков в личном первенстве у участников, занимающих 1, 2, 3 места, преимущество получает участник, показавший лучший результат в сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 3 минуты, подтягивание из виса или подтягивании на высокой перекладине за 3 минуты в своей возрастной группе. При равенстве очков с 4 места и далее присваивается одинаковое наивысшее место.

1. **Награждение**

Участники I этапа занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мужчин и женщин в спортивной программе награждаются грамотами, медалями и призами в следующих возрастных ступенях:

20-24 лет (8 ступень) 25-29 лет (9 ступень);

30-34 лет (10 ступень) 35-39 лет (11 ступень);

40-44 лет (12 ступень) 45-49 лет (13 ступень);

50-54 лет (14 ступень) 55-59 лет (15 ступень);

60-64 лет (16 ступень) 65-69 лет (17 ступень);

70 лет и старше (18 ступень).

Приложение №1 к положению о фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

ЗАЯВКА

на участие в муниципальном этапе фестиваля Всероссийского

физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)   
среди взрослого населения

(Наименование организации) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | ФИО | Пол | Возрастная ступень | Дата рождения (дд.мм.гг.) | УИН  (ХХ-ХХ-ХХХХХХХ) |
| 1 |  |  |  |  |  |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

дата, подпись

Врач \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ М.П.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г.