

СОГЛАСОВАНО

Первый заместитель Министра
образования Омской области
Г.Н. Жукова
«17» августа 2023 года



УТВЕРЖДАЮ

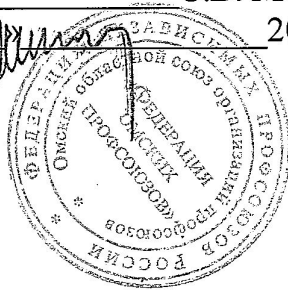
Заместитель Мэра города Омска
И.Б. Елецкая
«17» августа 2023 года



СОГЛАСОВАНО

Председатель Омского областного
союза организаций профсоюзов
«Федерация Омских профсоюзов»
С.В. Моисеенко
«17» августа 2023 года

[Handwritten signature]



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении городского фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

I. Общие положения

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – Фестиваль) проводится в рамках Федерального проекта «Спорт – норма жизни» и в соответствии с указом президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24 марта 2014 года № 172.

II. Цели и задачи Фестиваля

Цель Фестиваля: повышение эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- пропаганда Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – ВФСК «ГТО») как основного инструмента по привлечению обучающихся, трудящихся и служащих к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

- совершенствование форм физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, организуемой работодателями (представителями нанимателя) в рамках мероприятий по улучшению условий и охраны труда, снижению уровней профессиональных рисков;

- мониторинг уровня физического развития и физической подготовленности населения в возрасте от 6 до 69 лет по результатам выполнения ими испытаний (тестов) ВФСК «ГТО».

III. Руководство проведения и организация Фестиваля

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляют департамент по делам молодежи, физической культуры и спорта Администрации города Омска, департамент образования Администрации города Омска, Министерство образования Омской области, Омская региональная общественная организация «Омский Совет ректоров», Омский областной союз организации профсоюзов «Федерация Омских профсоюзов» (далее – Федерация Омских профсоюзов).

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на центр тестирования по выполнению видов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» бюджетного учреждения города Омска «Спортивный комплекс «Юность» имени С.С. Бовкуна» (далее – центр ВФСК «ГТО») и бюджетное учреждение города Омска «Спортивный город».

Директора бюджетных общеобразовательных учреждений обеспечивают участие учащихся в Фестивале по выполнению испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» по предварительному согласованию графика тестирования с центром ВФСК «ГТО».

Ректоры и директора высших и средних профессиональных учебных заведений обеспечивают участие студентов в Фестивале по выполнению испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» по предварительному согласованию графика тестирования с центром ВФСК «ГТО».

Федерация Омских профсоюзов организует участие в Фестивале по выполнению испытаний (тестов) ВФСК «ГТО» коллективы организаций и предприятий по предварительному согласованию графика тестирования с администрациями предприятий и организаций, а также центром ВФСК «ГТО».

IV. Участники, условия, сроки и места проведения Фестиваля.

К участию в Фестивале допускаются учащиеся бюджетных общеобразовательных учреждений, студенты высших и средних профессиональных учебных заведений, коллективы предприятий и организаций. Количество участников не ограничено.

К участию в фестивале допускаются учащиеся или сотрудники по индивидуальным или коллективным заявкам в возрасте от 6 до 69 лет, обязательно зарегистрированные в автоматизированной информационной системе «Готов к труду и обороне» (далее – АИС ГТО) на сайте www.gto.ru и получившие уникальный идентификационный номер АИС ВФСК «ГТО» (далее – УИН), а также при наличии медицинского допуска.

Возраст участников Фестиваля в соответствии со степенью ВФСК «ГТО» определяется на дату проведения фестиваля.

Тестирования по нормативам ВФСК «ГТО» проводится на спортивных объектах предприятий и организаций, высших и средних профессиональных учебных заведений, бюджетных общеобразовательных учреждений или официальных местах тестирования с 1 сентября 2023 года по 31 мая 2024 года в соответствии с графиком приема нормативов (тестов) ВФСК «ГТО», согласованным с директорами бюджетных общеобразовательных учреждений, руководством высших и средних профессиональных учебных заведений, а также с Федерацией Омских профсоюзов.

К участию в Фестивале не допускаются участники, не зарегистрированные в автоматизированной информационной системе «Готов к труду и обороне» (далее – АИС ГТО) на сайте www.gto.ru.

Фамилия, имя, отчество, пол, дата рождения, указанные в личном кабинете, должны соответствовать данным в документах, удостоверяющих личность. Регистрация на сайте осуществляется один раз с присвоением УИН, повторная регистрация не требуется.

V. Программа фестиваля

Программу фестиваля составляют виды испытаний (тесты) в соответствии с Методическими рекомендациями по организации выполнения 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)

на 2023-2026гг., утвержденным приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 года № 117.

Программа Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

| № п/п | Степень (возрастная группа) | Испытания (тесты) | | |
|-------|--------------------------------------|---|---|--|
| | | «Бронзовый знак» (кол-во испытаний-5) | «Серебряный знак» (кол-во испытаний-5) | «Золотой знак» (кол-во испытаний-6) |
| 1. | I. Степень от 6 до 7 лет | Обязательные испытания | | |
| | | 1. Бег на 10 м. / бег на 30 м. (с) 2. Шестиминутный бег (м) / Смешанное передвижение по пересечённой местности (м) 3. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 30 сек) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | | |
| 2. | II. Степень от 8 до 9 лет | Испытания по выбору | | |
| | | 5. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м. (количество попаданий) / Челночный бег 3x10 м. (с) | | 6. Плавание (м) |
| 3. | III. Степень от 10 до 11 лет | Обязательные испытания | | |
| | | 1. Бег на 30 м. (с) 2. Смешанное передвижение по 1000 (м, сек) 3. Подтягивание из виса на высокой перекладине (м), на низкой перекладине (90 см.) (д) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | | |
| 4. | IV- V. Степени от 12 до 15 лет | Испытания по выбору | | |
| | | 5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 6. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м. (количество попаданий) / Челночный бег 3x10 м. (с) | | 7. Плавание на 25 м (мин. сек) |
| 3. | III. Степень от 10 до 11 лет | Обязательные испытания | | |
| | | 1. Бег на 30 м. (с) 2. Бег на 1000 м (мин, сек) 3. Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Д) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | | |
| 4. | IV- V. Степени от 12 до 15 лет | Испытания по выбору | | |
| | | 5. Челночный бег 3x10 м. (с) 6. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | | 7. Метание мяча весом 150 гр. / Плавание 50 м (мин, с) |
| 4. | IV- V. Степени от 12 до 15 лет | Обязательные испытания | | |
| | | 1. Бег на 30 м. или 60 м (с) 2. Бег на 1500 м (12-13 лет), 2000 м (14-15 лет) (мин, сек) 3. Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине | | |

| | | |
|----|--|--|
| | | (90 см.) (Д) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| | | Испытания по выбору |
| | | 5. Челночный бег 3x10 м. (с) 6. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 7. Метание мяча весом 150 гр. |
| | | 8. Плавание 50 м (мин, с) / Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 5. | VI - VII. Ступени от 16 до 19 лет | Обязательные испытания 1. Бег на 60 м (с) или 100 м (с) 2. Бег на 2000 м (Д), 3000 м (Ю) (мин, сек) 3. Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Д) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| | | Испытания по выбору |
| | | 5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 6. Метание спортивного снаряда весом 500 гр. (Д), 700 гр. (Ю) / |
| | | 7. Плавание 50 м (мин,с) / Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 6. | VIII. Ступень от 20 до 24 лет | Обязательные испытания 1. Бег на 60 м (с) или 100 м (с) 2. Бег на 1000/2000 м (Ж), 3000 м (М) (мин, сек) 3. Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Д) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| | | Испытания по выбору |
| | | 5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 6. Метание спортивного снаряда весом 500 гр. (Д), 700 гр. (Ю) |
| | | 7. Плавание 50 м (мин,с) / Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 7. | IX. Ступень от 25 до 29 лет | Обязательные испытания 1. Бег на 60 м (с) или 100 м (с) 2. Бег на 1000/2000 м (Ж), 3000 м (М) (мин, сек) 3. Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Ж) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) 4. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| | | Испытания по выбору |
| | | 5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) 6. Метание спортивного снаряда весом 500 гр. (Ж), 700 гр. (М) |
| | | 7. Плавание 50 м (мин,с) / Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 8. | X - XI. | Обязательные испытания |

| | | |
|---------------------|---|---|
| | Ступени от 30 до 34 лет и от 35 до 39 лет | <ol style="list-style-type: none"> Бег на 60 м (с) Бег на 1000/2000 м (Ж), 1000/3000 м (М) (мин, сек) Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Ж) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| Испытания по выбору | | <ol style="list-style-type: none"> Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Метание спортивного снаряда весом 500 гр. (Ж), 700 гр. (М) Плавание 50 м (мин,с) / Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 9. | XII - XIII. Ступени от 40 до 44 лет и от 45 до 49 лет | <p>Обязательные испытания</p> <ol style="list-style-type: none"> Бег на 1000/2000 м (Ж) и (М) (мин, сек) Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Ж) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| Испытания по выбору | | <ol style="list-style-type: none"> Бег на 60 м (с) Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) Плавание 50 м (мин,с) / Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 10. | XIV - XV. Ступени от 50 до 54 лет и от 55 до 59 лет | <p>Обязательные испытания</p> <ol style="list-style-type: none"> Бег на 1000/2000 м (Ж) и (М) (мин, сек) / Скандинавская ходьба на 3 км (Ж) и (М) (мин, сек) Подтягивание из виса на высокой перекладине (М), на низкой перекладине (90 см.) (Ж+М) (количество раз) / Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| Испытания по выбору | | <ol style="list-style-type: none"> Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) Плавание 50 м (мин,с) Стрельба из пол. сидя с опорой локтей о стол, дист. 10 м. (очки) |
| 11. | XVI - XVII. Ступени от 60 до 64 лет и от 65 до 69 лет | <p>Обязательные испытания</p> <ol style="list-style-type: none"> Смешанное передвижение на 1000/2000 м (Ж) и (М) (мин, сек) / Скандинавская ходьба на 3 км (Ж) и (М) (мин, сек) Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз) Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) |
| Испытания по выбору | | <ol style="list-style-type: none"> Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) Плавание 25 м (мин, с) Смешанное передвижение по пересечённой местности на 2 км. (Ж), на 3 км (М) (мин, сек) |
| 12. | XVIII. | Обязательные испытания |

| | | |
|----------------------------|---|--|
| Степень от 70 лет и старше | 1. Смешанное передвижение на 1000/2000 м (Ж) и (М) (мин, сек) / Скандинавская ходьба на 3 км (Ж) и (М) (мин, сек) | |
| | 2. Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (количество раз) | |
| | 3. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | |
| | Испытания по выбору | |
| | 4. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин) | 6. Смешанное передвижение по пересечённой местности на 2 км. (Ж), на 3 км (М) (мин, сек) |
| | 5. Плавание 25 м (мин, с) | |

VI. Награждение и определение победителей Фестиваля

Общекорандное первенство определяется в номинации «За массовость в Фестивале» по процентному соотношению принявших участие в Фестивале и выполнивших необходимые нормативы (тесты) ВФСК «ГТО», согласно возрастной ступени, к общему числу отдельно среди учащихся бюджетных общеобразовательных учреждений, студентов средних и высших учебных заведений, а также работников предприятий и организаций.

При подведении итогов командного первенства обязательным условием является выполнение участником команды тестов ВФСК «ГТО» минимум на «Бронзовый знак».

В случае равенства процентного соотношения преимущество получает команда, имеющая больше соответствующих знаков ВФСК «ГТО»: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак».

В случае равенства данного показателя преимущество получает команда, в которой участие принимал руководитель, заместитель руководителя.

Победители и призеры Фестиваля определяются в командном первенстве и награждаются по следующему принципу:

- 1, 2, 3 место дипломом, кубком и ценными призами.

Участники, зарегистрировавшиеся в системе АИС ГТО и выполнившие необходимое количество тестов ВФСК «ГТО» для получения знака отличия ВФСК «ГТО» представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак».

Руководители учреждений, предприятий и организаций команды, которые заняли с 1 по 3 место, награждаются ценными призами.

VII. Условия финансирования фестиваля

Расходы на организацию и проведение фестиваля осуществляются за счет средств бюджетного учреждения города Омска «Спортивный комплекс «Юность» имени С.С. Бовкуна», бюджетным учреждением города Омска «Спортивный город».

Федерации Омских профсоюзов и Омского областного общественного фонда поддержки детского и массового спорта.

VIII. Обеспечение мер безопасности и медицинского обслуживания участников и зрителей фестиваля

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований», а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 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 физкультурных и спортивных мероприятиях».

IX. Подача заявок на участие в фестивале

Все участники фестиваля должны обязательно зарегистрированы на Всероссийском интернет-портале ВФСК «ГТО» по адресу: www.gto.ru и обязательно получить уникальный идентификационный номер участника (УИН).

Предварительную заявку на участие в Фестивале ВФСК «ГТО» необходимо направить в Центр тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» бюджетного учреждения города Омска «Спортивный комплекс «Юность» им. С.С. Бовкуна» (e-mail: skjunost@mail.ru).

Для получения справочной информации обращаться по телефону: руководитель Центра тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» бюджетного учреждения города Омска «Спортивный комплекс «Юность» им. С.С. Бовкуна» Иванов Герасим Иванович, тел.+7 (903) 927-22-16.

В день проведения тестирования, спортивные организаторы бюджетных общеобразовательных учреждений, высших и средних учебных заведений, предприятий и организаций предоставляют судьям центра тестирования коллективную заявку на участие в тестировании (тестах) ВФСК «ГТО» с медицинским допуском на каждого участника и заверенную руководителем (Приложение).

ЗАЯВКА
на участие в фестивале ВФСК «ГТО»

(наименование учреждения, организации)

| № п/п | Ф.И.О. | Дата рождения | УИН участника | Степень | Виза врача |
|-------|--------|---------------|---------------|---------|--|
| 1. | | | | | допущен, подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований |
| 2. | | | | | |
| 3. | | | | | |

Врач _____ / _____

(М.П. медицинского учреждения)

Директор (ректор) предприятия (организации, учреждения) _____

(подпись, печать)

Ф.И.О. ответственного от организации _____,

Контактный телефон: _____