

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального
бюджетного учреждения
физической культуры и
спорта муниципального
образования городской округ
город-курорт Сочи Краснодарского края
«Центр спортивно-массовой работы»

И.О. Гусева

«_____» _____ 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор департамента
физической культуры и спорта
администрации муниципального
образования городской округ
город-курорт Сочи
Краснодарского края

А.Н. Мирошников

2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального
бюджетного учреждения
дополнительного образования
спортивная школа олимпийского
резерва № 24 муниципального
образования городской округ
город-курорт Сочи Краснодарского края

А.Г. Хатхе

«_____» _____ 2024 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении зимнего фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди участников VII-XVIII возрастных ступеней (18 лет и старше)**

1. Цели и задачи проведения

Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников VII-XVIII возрастных ступеней (18 лет и старше) (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с календарным планом на 2024 год официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального образования городской округ город – курорт Сочи Краснодарского края.

Целью проведения Фестиваля является вовлечение граждан в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО) среди взрослого населения города Сочи;
- сохранение исторического наследия комплекса ГТО;
- 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 и испытаний (тестов) комплекса ГТО.

2. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится с **22 января 2024 года по 31 марта 2024 года** на местах тестирования в соответствии с программой фестиваля и расписанием выполнения нормативов комплекса ГТО.

3. Организаторы мероприятия

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет департамент физической культуры и спорта администрации муниципального образования городской округ город - курорт Сочи Краснодарского края.

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на отдел по внедрению и тестированию по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) МБУ ФК и С города Сочи «Центр спортивно-массовой работы» и отдел тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) МБУ ДО СШОР №24 города Сочи.

Состав ГСК и судейских бригад формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО и удостоверение о повышении квалификации по программе «Подготовка спортивных судей в целях осуществления мероприятий по тестированию в рамках ВФСК «ГТО».

4. Требования к участникам мероприятия и условия их допуска

К участию в Фестивале допускаются граждане от 18 лет и старше, относящиеся к VII-XVIII ступеням комплекса ГТО соответственно, при наличии **допуска врача**.

Все участники фестиваля должны быть зарегистрированы на официальном Интернет-портале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (www.gto.ru).

5. Программа мероприятия

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 года № 117 (далее – государственные требования).

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 18-19 года (VII ступени):

Виды испытания (тесты)	
1.	Бег 60 м (с), 100 м (с)
2.	Бег на 3000 м (мин, с) – мужчины, бег на 2000 м (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) - женщины
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
8.	Стрельба из электронного оружия (очки)
9.	Метание спортивного снаряда весом 700 г. – мужчины, метание спортивного снаряда весом 500г.- женщины.

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 20-24 года (VIII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 60 м (с), бег на 100 м (с)
2.	Бег на 3000 м (мин, с) – мужчины, бег на 2000 м (мин, с) – женщины, бег на 1000 м (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) - женщины
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
8.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
9.	Стрельба из электронного оружия (очки)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 25-29 лет (IX ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 60 м (с), бег на 100 м (с)
2.	Бег на 3000 м (мин, с) – мужчины, бег на 2000 м (мин, с) – женщины, бег на 1000 м (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) - женщины
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)

7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
8.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
9.	Стрельба из электронного оружия (очки)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 30-34 года (X ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 60 м (с)
2.	Бег на 3000 м (мин, с) – мужчины, бег на 1000 м (мин, с) – мужчины, бег на 2000 м (мин, с) – женщины, бег на 1000 м (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) - женщины
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
8.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
9.	Стрельба из электронного оружия (очки)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 35-39 лет (XI ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 60 м (с)
2.	Бег на 3000 м (мин, с) – мужчины, бег на 1000 м (мин, с) – мужчины, бег на 2000 м (мин, с) – женщины, бег на 1000 м (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) - женщины
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
8.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
9.	Стрельба из электронного оружия (очки)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 40-44 года (XII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 2000 м (мин, с), бег на 1000 м (мин, с)
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины, мужчины
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
6.	Стрельба из электронного оружия (очки)
7.	Бег на 60 м (с)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 45-49 лет (XIII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 2000 м (мин, с), бег на 1000 м (мин, с)
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины, мужчины
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
6.	Стрельба из электронного оружия (очки)
7.	Бег на 60 м (с)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 50-54 года (XIV ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 2000 м (мин, с), бег на 1000 м (мин, с)
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины, мужчины
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) - женщины
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
6.	Стрельба из электронного оружия (очки)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 55-59 года (XV ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 2000 м (мин, с), бег на 1000 м (мин, с)
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, Подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины, мужчины
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) - женщины
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
6.	Стрельба из электронного оружия (очки)

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 60-64 года (XVI ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с), смешанное передвижение на 2000 м (мин. с)
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)

3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
5.	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с) – женщины, смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с) - мужчины

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 65-69 лет (XVII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с), Смешанное передвижение на 2000 м (мин. с)
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
5.	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с) – женщины, смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с) - мужчины

Рекомендуемая программа Фестиваля для участников в возрасте 70 лет и старше (XVIII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с), Смешанное передвижение на 2000 м (мин. с)
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (количество раз)
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
5.	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с) – женщины, смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с) - мужчины

Соревнования по видам испытаний проводятся по каждой ступени отдельно.

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России 29 мая 2023 года. Результаты участников будут внесены в электронную базу данных комплекса ГТО (АИС ГТО).

6. Награждение

Участники, выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

7. Финансовые условия

Расходы, связанные с организацией и проведением Фестиваля (оказание платных медицинских услуг (дежурство бригады скорой медицинской

помощи), за счет средств МБУ ФК и С г. Сочи «ЦСМР» согласно п. 1.1.3 перечня основных мероприятий муниципальной программы «Развитие отрасли «Физическая культура и спорт» города Сочи».

8. Обеспечение безопасности участников и зрителей

8.1. Физкультурное мероприятие проводится в месте, отвечающем требованиям безопасности, с соблюдением регламента по организации проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации и методических рекомендаций, разработанных Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

8.2. Организаторы физкультурного мероприятия обеспечивают общественный порядок и общественную безопасность участников и зрителей в месте проведения физкультурного мероприятия согласно требованиям Правил обеспечения безопасности, при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353.

8.3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144 «О порядке 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».

8.4. Организаторы физкультурного мероприятия обязаны осуществлять медицинское обеспечение их участников согласно Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в соответствии с требованиями приложения 5 к Порядку 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, утвержденного приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144.

Основными задачами медицинского обслуживания являются:

- оказание первой помощи участникам соревнований непосредственно на месте проведения физкультурного мероприятия;
- наблюдение за выполнением санитарно-гигиенических требований при проведении физкультурного мероприятия;

-контроль над состоянием здоровья участников соревнований и проверка правильности оформления допуска участников к физкультурному мероприятию (по состоянию здоровья).

8.5. Антидопинговое обеспечение физкультурных мероприятий осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными приказом Минспорта России от 11.12.2020 г.

8.6. Фестиваль проводится с соблюдением регламента по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации с соблюдением методических рекомендаций, разработанных Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

9. Подача заявок на участие

Предварительные заявки Адлерский, Хостинский, Центральный район необходимо направить на адрес электронной почты: gtosochi@mail.ru в срок до **19 января 2024 года** телефон: 8(991)420-39-95.

Предварительные коллективные заявки от организаций Лазаревского района необходимо направить в срок до **19 января 2024 года** в Центр тестирования МБУ ДО СШОР № 24 г. Сочи (УСК «Лазаревский» ул. Малышева 1ж), адрес электронной почты: gtolazar@yandex.ru, телефон: 8-987-967-00-48).

Оригинал заявки от организации (приложение №1) заверенную врачом и руководителем организации, либо оригинал индивидуальной заявки (приложение №2) и личную справку о допуске врача к тестированию, необходимо предоставить в мандатную комиссию в день проведения мероприятия. Участники, не зарегистрированные на официальном сайте ВФСК ГТО (www.gto.ru), а также не имеющие медицинский допуск к тестированию не допускаются.

Приложение 1
к положению о проведении
зимнего фестиваля
Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к
труду и обороне» (ГТО) среди
участников VII-XVIII возрастных
ступеней (18 лет и старше)

ЗАЯВКА
на участие в зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников VII – XVIII возрастных ступеней (18
лет и старше)

(наименование организации в соответствии с Уставом)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (дд.мм.гг.)	УИН (id) номер в АИС ГТО	Название организации (в соответствии с Уставом)	Виза врача допущен, <i>подпись врача, дата, печать напротив каждого участника фестиваля</i>
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Допущено к Фестивалю комплекса ГТО _____ человек.

(подпись)

Врач _____ / _____

(подпись)

(ФИО)

Руководитель организации _____

МП

(подпись, Ф.И.О.)

Ф.И.О. руководителя делегации (полностью) _____

Контактный телефон, E-mail: _____

Приложение 2
к положению о зимнем фестивале
Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди участников VII – XVIII возрастных
ступеней (18 лет и старше)

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ЗАЯВКА
на участие в краевом зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников
VII – XVIII возрастных ступеней (18 лет и старше)

№	Наименование	Информация
1.	Фамилия, Имя, Отчество	
2.	Пол	
3.	УИН	
4.	Дата рождения	
5.	Адрес места жительства	
6.	Контактный телефон	
7.	Адрес электронной почты	
8.	Основное место работы/учебы	
9.	Спортивный разряд / звание с указанием вида спорта (при наличии)	

Я, _____,
(ФИО полностью)

паспорт _____, выдан _____
(серия, номер), (кем, когда)

Зарегистрированный по адресу _____

настоящим даю согласие:

- на обработку в Центре тестирования моих персональных данных в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

- предоставления информации в государственные органы Российской Федерации в порядке, предусмотренным действующим законодательством.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам), обезличивание, блокирование, трансграничную передачу персональных данных, а также осуществление любых иных действий с моими персональными данными, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по своей воле.

Дата: _____

Подпись _____