

- 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 в детских садах Центрального и Хостинского р-на (март – ноябрь 2024 год) среди воспитанников детских садов, работников детских садов и законных представителей.

В том числе Фестиваль проводится на местах тестирования в соответствии с программой фестиваля и расписанием выполнения нормативов комплекса ГТО.

3. Организаторы мероприятия

Департамент физической культуры и спорта администрации муниципального образования городской округ город-курорт Сочи Краснодарского края определяет условия проведения Фестиваля.

Управление по образованию и науке администрации муниципального образования городской округ город-курорт Сочи Краснодарского края участвует в проведении Фестиваля.

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет бюджетное учреждение физической культуры и спорта муниципального образования городской округ город-курорт Сочи Краснодарского края «Центр спортивно-массовой работы» (далее- МБУ ФК и С города Сочи «Центр спортивно-массовой работы»).

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».

Состав ГСК и судейских бригад формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

4. Требования к участникам мероприятия и условия их допуска

К участию в Фестивале допускаются граждане Российской Федерации от 6 лет и старше, относящиеся к I - XVIII ступеням комплекса ГТО соответственно, при наличии медицинского допуска, заверенного врачом врачебно-физкультурного диспансера или иной медицинской организации, имеющей лицензию на оказание услуг (выполнение работ) по допуску.

Все участники Фестиваля должны быть зарегистрированы на официальном Интернет-портале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для получения ID – номера (ID – номер состоит из 11-ти цифр, присваивается при регистрации участника на сайте www.gto.ru и имеет структуру XX-XX-XXXXXXX)

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 6 -19 лет (VII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 10 м, 60 м (с), бег на 100 м (с)
2.	Шестиминутный бег (м)
3.	Бег на 3000 м (мин, с) – мужчины, бег на 2000 м (мин, с) – женщины
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
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 30 с) и 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.	Плавание на 50 м (мин, с)
10.	Стрельба из пневматической винтовки (очки)
11.	Челночный бег 3х10

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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
8.	Плавание на 50 м (мин, с)
9.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
8.	Плавание на 50 м (мин, с)
9.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) - женщины
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
8.	Плавание на 50 м (мин, с)
9.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) - женщины
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
8.	Плавание на 50 м (мин, с)
9.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
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.	Плавание на 50 м (мин, с)
6.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
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.	Плавание на 50 м (мин, с)
6.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
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.	Плавание на 50 м (мин, с)
6.	Стрельба из пневматической винтовки (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, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) – женщины
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.	Плавание на 50 м (мин, с)
6.	Стрельба из пневматической винтовки (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.	Плавание на 25 м (мин, с)

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.	Плавание на 25 м (мин, с)

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.	Плавание на 25 м (мин, с)

Соревнования по видам испытаний проводятся по каждой ступени отдельно и 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 1 февраля 2018 года.

Тестирование осуществляется в порядке, установленном приказом Минспорта России от 22.02.2023 № №117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

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. Обеспечение безопасности участников и зрителей

7.1. Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение детский сад, на территории которого проводится Фестиваль, обеспечивает медицинскую помощь при проведении Фестиваля (на безвозмездной основе).

7.2. Физкультурное мероприятие проводится в месте, отвечающем требованиям безопасности, с соблюдением регламента по организации проведения 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.

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

7.4. Оказание 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».

7.5. Организаторы Фестиваля 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 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).

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

7.7. 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.

8. Подача заявок на участие

Оригинал заявки от организации (приложение №1) либо оригинал индивидуальной заявки (приложение №2), заверенной медицинским допуском, необходимо предоставить 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**.

*Предварительные заявки и запись на тестирование для детского сада необходимо направить на адрес электронной почты: gto_sochi@mail.ru, получить пакет документов необходимых для детского сада и записаться в график приема нормативов ГТО по телефону: **8(991)420-39-95***

ЗАЯВКА

на участие в фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди участников I – XVIII возрастных ступеней (6 лет и старше) приуроченный к 10 – летию комплекса ГТО

№ 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, подпись врача, дата, печать напротив каждого участника фестиваля
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: _____

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ЗАЯВКА
 на участие в фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного
 комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников
 I – XVIII возрастных ступеней (6 лет и старше) приуроченный к 10 – летию
 комплекса ГТО

№	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)	

Дата _____

Подпись _____