

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник управления по  
физической культуре и спорту  
администрации  
муниципального образования  
город Краснодар



А.Н.Мирошников

2019 г.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора  
муниципального бюджетного  
учреждения «Центр  
физкультурно-массовой работы»  
муниципального образования  
город Краснодар



Н.М.Ярцева

2019 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о проведении Летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников VI-XI возрастных ступеней (18 лет и старше) муниципального образования город Краснодар в 2019 году

#### 1. Цель и задачи проведения

Летний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников VI-XI возрастных ступеней (18 лет и старше) муниципального образования город Краснодар в 2019 году (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с п. 13 комплекса мер по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Краснодарском крае, утвержденного распоряжением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 22.03.2016 г. № 92-р «О поэтапном внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Краснодарском крае».

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 участников VI-XI возрастных ступеней (18 лет и старше) муниципального образования город Краснодар;
- повышение уровня физической подготовленности жителей города Краснодара;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- пропаганда здорового образа жизни;
- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и испытаний (тестов) комплекса ГТО.

## 2. Организаторы Фестиваля

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет Управление по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар.

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на муниципальное бюджетное учреждение «Центр физкультурно-массовой работы» муниципального образования город Краснодар.

Состав главной судейской коллегии (далее – ГСК) и судейских бригад формируется из судей, имеющих судейскую категорию по видам спорта, входящим в комплекс ГТО.

## 3. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится в муниципальном образовании город Краснодар в период с 8 июня по 18 августа 2019 года.

## 4. Участники

К участию в Фестивале допускаются граждане от 18 до 70 лет и старше, относящиеся к VI-XI ступеням комплекса ГТО соответственно, зарегистрированные на официальном интернет портале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и имеющие уникальный идентификационный номер участника. При наличии допуска врача.

## 5. Программа Фестиваля

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 12 февраля 2019 года № 90 (далее – государственные требования).

Программа Фестиваля для участников в возрасте 18-29 лет (VI ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 30 м (с) – мужчины; женщины.
	или бег на 60 м (с) – мужчины; женщины.
	или бег на 100 м (с) – мужчины; женщины.
2.	Бег на 3 км (мин, с) – мужчины, бег на 2 км (мин, с) – женщины.
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины.
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины.
	или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины.
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины.
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.

5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) -мужчины; женщины.
7.	Челночный бег 3x10 м (с) – мужчины; женщины.
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) – мужчины; женщины. или прыжок в длину с разбега(см) – мужчины; женщины.
9.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины.
10.	Плавание на 50 м (мин, с) – мужчины; женщины.
11.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
12.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины.
13.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
14.	Самозащита без оружия (очки) – мужчины; женщины.
15.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 30-39 лет (VII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 30 м (с) – мужчины; женщины. или бег на 60 м (с) – мужчины; женщины.
2.	Бег на 3 км (мин, с) – мужчины, бег на 2 км (мин, с) – женщины
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины. или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины. или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – мужчины.
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – мужчины; женщины.
7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) – мужчины; женщины.
8.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) – мужчины, 500 г (м) – женщины
9.	Плавание на 50 м (мин, с) – мужчины; женщины.
10.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
11.	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины.
12.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
13.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 40-49 лет (VIII ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 30 м (с) – мужчины; женщины. или бег на 60 м (с) – мужчины; женщины.
2.	Бег на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины.
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины. или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины. или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – мужчины.

4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – мужчины; женщины.
7.	Плавание на 50 м (мин, с)
8.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины Кросс на 2 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
9.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
10.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 50-59 лет (IX ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Бег на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины.
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – мужчины. или рывок гири 16 кг (количество раз) – мужчины. или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – мужчины.
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) – женщины. или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) – женщины.
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см) – мужчины; женщины.
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – мужчины; женщины.
5.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – мужчины Кросс на 2 км (бег по пересеченной местности) (мин, с) – женщины.
6.	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) – мужчины; женщины.
7.	Плавание на 50 м (мин, с) – мужчины; женщины.
8.	Стрельба из пневматической винтовки (очки) – мужчины; женщины.
9.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (очки) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 60-69 лет (X ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Смешанное передвижение на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины. или скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) – мужчины; женщины.
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз) – мужчины; женщины.
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз) – мужчины; женщины.
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье – мужчины; женщины.
5.	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с) – женщины. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с) – мужчины.
6.	Плавание на 25 м (мин, с) – мужчины; женщины.

Программа Фестиваля для участников в возрасте 70 лет и старше (XI ступени):

№	Вид испытания (тест)
1.	Смешанное передвижение на 2 км (мин, с) – мужчины; женщины.
	или скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) – мужчины; женщины.
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (количество раз) – мужчины; женщины.
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз) – мужчины; женщины.
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье – мужчины; женщины.
5.	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с) – женщины.
	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с) – мужчины
6..	Плавание на 25 м (мин, с) – мужчины; женщины.

Тестирование по видам испытаний (тестов) проводится в каждой ступени отдельно.

Тестирование проводится 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 от 1 февраля 2018 года.

В беге и плавании действует правило «двух фальстартов».

При проведении Фестиваля рекомендуется придерживаться следующего порядка:

Первый день:

1. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия;
2. Бег на скорость;
3. Поднимание туловища из положения лежа на спине;
4. Силовая гимнастика – подтягивание на высокой перекладине, сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу;
5. Плавание на 25 м, 50 м.

Второй день:

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
7. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
8. Метание спортивного снаряда;
9. Бег на выносливость.

Проведение тестирования по видам испытаний (тестов) комплекса ГТО, включенных в программу Фестиваля, осуществляется в течение 2-х и более дней.

Результаты участников Фестиваля в соответствии с таблицами оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО в рамках фестивалей, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21 августа 2018 года № 814.

## **6. Определение победителей**

Личное первенство среди участников определяется отдельно среди мужчин и женщин в каждой ступени комплекса ГТО по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Фестиваля согласно таблицам оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей.

В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на выносливость, при равенстве этого показателя – по результату в плавании.

Муниципальное бюджетное учреждение «Центр физкультурно-массовой работы» муниципального образования город Краснодар до 23 августа 2019 года направляет региональному оператору комплекса ГТО отчет о проведении Фестиваля с приложением копий протоколов Фестиваля с результатами лучших участников среди мужчин и женщин в каждой ступени по адресу электронной почты [gto.kuban@mail.ru](mailto:gto.kuban@mail.ru).

## **7. Награждение**

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

## **8. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на спортивных сооружениях муниципального образования город Краснодар, отвечающих требованиям соответствующих нормативно - правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка, безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности сооружения к проведению мероприятий, утверждаемых в установленном порядке.

Ответственные исполнители: руководитель спортивного сооружения; главный судья соревнований.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 г. № 134н «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».

## 9. Финансовые условия

Расходы, связанные с организацией и проведением Фестиваля, несет управление по физической культуре и спорту администрации муниципального образования город Краснодар и муниципальное бюджетное учреждение «Центр физкультурно-массовой работой» муниципального образования город Краснодар.

Расходы МБУ «ЦФМР» город Краснодар осуществляются за счет средств субсидии на финансовое обеспечение выполнения муниципального задания, оказание муниципальных услуг (выполнение работ) на медицинскую помощь.

## 10. Заявки на участие

К участию в Фестивале допускаются участники при наличии уникального идентификационного номера участника, паспорта, допуска врача, индивидуальной заявки, заявки от организации (Приложение № 1).

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА  
ФЕСТИВАЛЬ**

Приложение № 1  
к положению о Летнем фестивале  
Всероссийского физкультурно-  
спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО)  
среди участников VI-XI возрастных  
ступеней (18 лет и старше)  
муниципального образования  
город Краснодар

**ЗАЯВКА**  
на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

№	Наименование	Информация
1.	Фамилия, Имя, Отчество	
2.	Пол	
3.	ID номер	
4.	Дата рождения	
5.	Документ, удостоверяющий личность (паспорт)/свидетельство о рождении	
6.	Адрес места жительства	
7.	Контактный телефон	
8.	Адрес электронной почты	
9.	Основное место работы/учебы	
10.	Спортивный разряд / звание с указанием вида спорта	
11.	Перечень выбранных испытаний	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ .....
12.	Источник информации	1. Информационные Интернет-порталы 2. Телевидение 3. Близкие люди, друзья, знакомые 4. Социальные сети 5. Радио 6. Наружная реклама 7. Другое _____

Дата: \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

/ \_\_\_\_\_ /

расшифровка

Приложение № 2

к положению о Летнем фестивале  
Всероссийского физкультурно-  
спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО)  
среди участников VI-XI возрастных  
ступеней (18 лет и старше)  
муниципального образования  
город Краснодар

**ЗАЯВКА (коллективная)**

на участие в комплексном физкультурно-спортивном мероприятии  
«Тестирование по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне (ГТО)»

(наименование организации)

(ступень, возрастная категория)

№	Ф.И.О.	Дата рождения	УИН участника	Перечень видов испытаний (тестов)				Допуск врача
1.								
2.								
3.								
4.								

Всего в заявке допущено \_\_\_\_\_ человек

Представитель учреждения (организации) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Директор (руководитель) \_\_\_\_\_ Ф.И.О. \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_