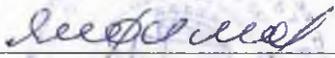


«УТВЕРЖДАЮ»:

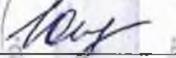
Начальник Управления физической культуры и спорта администрации Чайковского городского округа

 В.В. Ялфимов

«15» сентября 2025 г.

«УТВЕРЖДАЮ»:

И.о. директора муниципального автономного учреждения «Спортивная школа «Рекорд»

 Е.В. Юсупова

«15» сентября 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении муниципального этапа фестиваля чемпионов
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)
«ИГРЫ ГТО»

г. Чайковский
2025 г.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Муниципальный этап Фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «ИГРЫ ГТО» (далее – Фестиваль) проводится с целью повышения эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного и всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культуры и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

- пропаганда комплекса ГТО как одного из инструментов вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом;
- совершенствование форм и методов физкультурно-спортивной и оздоровительной работы;
- создание условий, мотивирующих различные категории населения к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом, за успешное выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- выявление сильнейших спортсменов для формирования и участия сборной команды Чайковского городского округа в Региональном этапе Фестиваля чемпионов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) «ИГРЫ ГТО».

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится в несколько этапов:

I (муниципальный) этап - состоится **4 октября 2025 года**.

Место проведения: **универсальный зал МАУ ДО СШ «Рекорд» по адресу: г. Чайковский, ул. Вокзальная, д. 5/2.**

11.00 - регистрация участников, работа мандатной комиссии.

11.30 - открытие Фестиваля.

11.45 - начало программы Фестиваля.

14.00 - награждение победителей и призеров Фестиваля.

II (региональный) этап - 13 ноября 2025 года пройдет в г. Пермь.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляют Управление физической культуры и спорта Администрации Чайковского Городского округа и Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа «Рекорд».

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа «Рекорд» и главного судью.

Главный судья — Шарина М.А., т. 89669256088

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Все участники должны быть зарегистрированы на Всероссийском интернет-портале комплекса ГТО (по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» www.gto.gov.ru) и иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН), подтвержденный на портале «Госуслуги», а также предоставить медицинскую справку по форме 1144н.

Возраст участников Фестиваля в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату проведения Фестиваля.

К участию в Фестивале допускаются:

«Гонка ГТО» + «Силовой вид» - мужчины, женщины 20-49 лет (имеющие постоянную регистрацию на территории Чайковского городского округа).

Участники личных соревнований **«Иду на рекорд»** являются физические лица 20 - 49 лет, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, успешно выполнившие нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО с результатами, соответствующими золотому знаку отличия в текущей возрастной ступени, а так же претендующие продемонстрировать результат, равный или превышающий 100 очков в выбранном виде испытания в соответствующей гендерно-возрастной ступени в комплексе ГТО.

Участники соревнований **«Иду на рекорд»** допускаются решением Организаторов, по представлению ГСК, сформированному по итогам просмотра заявочных видеоматериалов на предмет соответствия выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО требованиям Методических рекомендаций по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным Министром спорта Российской Федерации 29 мая 2023 года.

Видеоматериалы, не соответствующие требованиям, указанными в Приложении № 3 к настоящему Положению, не рассматриваются.

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Соревнования Фестиваля являются личными. Очередность выступления по этапам:

Спортивная программа соревнований:

1 вид – «Гонка ГТО».

Очередность выступления:

- 1 - женщина 20-29 лет;
- 2 - женщина 30-39 лет;
- 3 - женщина 40-49 лет;
- 4 - мужчина 20-29 лет;
- 5 - мужчина 30-39 лет;
- 6 - мужчина 40-49 лет.

Участники поочередно правильно выполняют упражнения за максимально короткое время:

1. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние не меньше 180 см для мужчин и 160 см для женщин.

Общее число повторений – 5 раз для мужчин и 3 раза для женщин.

2. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».

Необходимо выполнить 25 повторений для мужчин и 15 повторений для женщин.

3. «Рывок гири весом 16 кг», «приседание с гирей 8 кг».

Участникам необходимо выполнить рывок гири 16 кг для мужчин - 20 повторений и приседания с гирей 8 кг для женщин - 15 повторений.

4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине».

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине мужчины - 30 повторений, женщины - 20 повторений.

5. «Подтягивание из виса на высокой перекладине» (мужчины) и «жим гантелями 6 кг вверх с плеч в положении сидя» (женщины).

Участник выполняет подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины) и жим гантелями 6 кг вверх с плеч в положении сидя (женщины) - 10 повторений

2 вид – «Силовой вид».

Мужчины выполняют испытание «подтягивание из виса на высокой перекладине», женщины выполняют испытание «сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».

Очередность и количество повторений:

1 - мужчина 40-49 лет – 20;

2 - женщина 40-49 лет – 20;

3 - мужчина 30-39 лет – 25;

4 - женщина 30-39 лет – 25;

5 - мужчина 20-29 лет – 30;

6 - женщина 20-29 лет – 30.

Задача – правильно выполнить необходимое количество повторений за максимально короткое время.

Допускается выполнение необходимого количества повторений в несколько подходов.

В двух видах соревнований участвуют все, согласно распределению по жеребьевке.

Результаты двух видов подводятся по сумме времени прохождения и составляют общий зачет.

Оценка выполнения каждого этапа соревнований осуществляется судейской коллегией, оценивающей правильность выполнения упражнений и производящие подсчет количества повторений. Также судьи фиксируют нарушения, за которые начисляется штрафное время.

Соревнования 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 Министерством спорта Российской Федерации 29 мая 2023 г.

В случае одинакового итогового времени у двух и более участников преимущество отдается участнику, у которого меньше количество штрафного времени.

Штрафы:

1. Фальстарт участника + 5 сек.

2. Участник не сделал нужное **правильное** количество повторений, перейдя к следующему пункту + 10 сек. за каждое не сделанное повторение.

3. В случае, если участник не обежал конус — 3 сек.

4. В случае выполнения технического элемента с ошибками, когда судья дает команду «НЕТ» 3 (три) раза подряд, участник имеет право перейти на следующий вид.

Соревнования «Иду на Рекорд» являются личными и состоят из выполнения одного из заявленных видов испытаний (тестов) комплекса ГТО на максимально возможный результат с целью **превышения результатов равных 100 очкам¹** в соответствующем виде испытания (тесте) и гендерно-возрастной ступени комплекса ГТО.

п/п	Личный зачет	
	Испытания (тесты) (выполняются на максимальный результат)	
	20-29 лет, 30-39 лет, 40-49 лет возрастные категории	
	«Рекордсмен ГТО» сила	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 4 мин.	Женщины
	Рывок гири 16 кг за 4 мин.	Мужчины
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины) за 4 мин.	Мужчины
	«Рекордсмен ГТО» гибкость	
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Женщины
	«Рекордсмен ГТО» сила	
	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин.	Мужчины, женщины

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 29 мая 2023 года № 117 (утверждены Министром спорта Российской Федерации от 22 февраля 2023 года).

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

«Гонка ГТО» + «Силовой вид».

Победители в соревновании «Гонка ГТО» и «Силовой вид» определяются по наименьшему затраченному времени на прохождение обоих видов.

Лучшие результаты участников используются при формировании сборной команды Чайковского городского округа для участия в региональном этапе фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «ИГРЫ ГТО».

«Иду на рекорд».

Результаты выполнения участником испытаний на максимальное количество раз фиксируются и вносятся в протокол соревнований.

¹ 100 очковая таблица приложение № 2 приказа Минспорта России от 18 апреля 2023 года №259 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий «ВФСК ГТО») – Приложение №4

Итоги соревнования «Иду на рекорд» подводятся отдельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной категории по каждому виду испытаний (тестов).

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

«Гонка ГТО» + «Силовой вид».

Участники, занявшие 1, 2 и 3 места по итогам прохождения отдельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной категории, награждаются медалями и грамотами.

«Иду на рекорд».

Участники, занявшие первые места (личный зачет), по каждому виду испытания (теста), отдельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной категории комплекса ГТО, награждаются грамотами.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с проведением Фестиваля, осуществляются за счет бюджетных средств МАУ ДО СШ «Рекорд».

IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Заявки на участие в Фестивале направляются по форме согласно Приложениям № 1 и № 2 к настоящему Положению в срок до **14.00 час. 30 сентября 2025 года** на адрес электронной почты gto.chaykovskiy@mail.ru с пометкой «Игры ГТО».

Заявки, поступившие после 30 сентября 2025 г., не рассматриваются.

В день соревнований участник представляет в комиссию по допуску следующие документы:

- оригинал заявки, заверенный врачом;
- медицинская справка по форме 1144н;
- паспорт или документ, удостоверяющий личность;
- документ, подтверждающий постоянную регистрацию на территории Чайковского городского округа.

По вопросам организации и проведения Фестиваля обращаться по телефону: 8(966) 925-60-88 – руководитель центра тестирования ВФСК ГТО г. Чайковский, главный судья - Шарина Мария Александровна.

Данное положение является официальным вызовом на Фестиваль.

**ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ
в Фестивале чемпионов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) «ИГРЫ ГТО»
«Гонка ГТО» + «Силовой вид»**

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	УИН участника	Возрастная ступень	Виза врача
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					

Допущено _____ человек

Врач _____ / _____ / М.П

Подпись

Ф.И.О.

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ
в Фестивале чемпионов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)
«ИГРЫ ГТО»
«Иду на рекорд!»

от _____
 (ФИО участника)

№	ФИО	Возрастная ступень	УИН участника	Вид испытания, расчетный результат выполнения	Медицинский допуск врача к занятиям физической культурой и спортом
1.				Заполняется, с указанием вида испытания, и предварительного результата	Отметка «Допущен», подпись и печать врача

Индивидуальная подпись участника:

_____ / _____ /

Врач _____ / _____ / М.П

Подпись

Ф.И.О.

**Требования
для участия в номинации «Иду на рекорд»
в Фестивале чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
«ИГРЫ ГТО»**

Соревнования «Иду на Рекорд» состоят из выполнения одного из заявленных видов испытаний (тестов) комплекса ГТО на максимально возможный результат с целью продемонстрировать результат, **равный или превышающий 100 очков** (100 очковая таблица приложение № 2 приказа Минспорта России от 18 апреля 2023 года №259 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий «ВФСК ГТО»).

«Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»

Упражнение выполняется за 4 минуты. Видеоролик снимается под углом в 40-45 градусов по отношению к испытуемому (спереди) так, чтобы при оценке на экране было видно, что плечи, туловище и ноги составляют прямую линию в исходном положении, а также касание грудью платформы или иного предмета, высотой 5 см от пола в ходе выполнения упражнения.

Испытуемый должен быть в обтягивающей одежде.

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.

Видеоролик снимается под углом в 40-45 градусов по отношению к испытуемому (спереди) на тумбе с прикрепленной к ней измерительной линейкой.

При выполнении упражнения должны быть видны прямые ноги и результат в см, зафиксированный в кадре на 2 сек.

Поднимание туловища из положения лежа на спине

Упражнение выполняется за 1 минуту. Видеоролик снимается под углом в 40-45 градусов по отношению к испытуемому (сбоку) в полный рост так, чтобы при оценке на экране было видно, что исходное положение лежа на спине, руки за головой в «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Упражнение выполняется за 4 минуты. Видеоролик снимается под углом в 40-45 градусов по отношению к испытуемому (сбоку) в полный рост, так, чтобы в кадре было видно, что при выполнении упражнения подбородок поднялся выше грифа перекладины.

Рывок гири 16 кг.

Упражнение выполняется за 4 минуты. Видеоролик снимается под углом в 40-45 градусов по отношению к испытуемому (спереди), в полный рост, так, чтобы судья мог определить выпрямление работающей руки и разгибание ног в тазобедренных и коленных суставах, а также отсутствие касания туловища свободной рукой.