

**НАРОДНЫЕ**

**ИГРЫ**

**ГТО**

**КОНЦЕПЦИЯ  
ПРОЕКТА**



# ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**«Народные Игры ГТО» – уникальный онлайн-формат спортивных соревнований!**

В 2023 году был дан старт Первым «Народным Играм ГТО» — новому общедоступному онлайн-формату соревнований по многоборью ГТО.

Формат «Народные Игры ГТО» – это уникальный онлайн-формат спортивных соревнований, который дал возможность любому желающему попробовать себя в проекте!

Проект призван популяризировать спорт и вовлечь в движение ГТО жителей всех регионов нашей Страны!

**Народные Игры ГТО – участвует вся страна!**

Ссылка на приложение  
@narodgto\_bot  
в Telegram





# КАЛЕНДАРЬ ПРОЕКТА В 2026 ГОДУ

## 4 СЕЗОН

15 января — анонс комплексов, старт приема заявок

15 февраля — окончание приема заявок

15 марта — публикация результатов

## 5 СЕЗОН

20 мая — анонс комплексов, старт приема заявок

20 июля — окончание приема заявок

20 августа — публикация результатов

\* в датах проекта возможны изменения



# ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

В 2026 году стартует запуск 4 и 5 сезонов проекта, где участников ждут обновленные комплексы упражнений, расширенные возрастные категории, повышающие шансы на победу среди сверстников, мобильное приложение, в котором участник сразу сможет отправить заявку.

Кроме того, в нынешнем году будет представлен единый Всероссийский рейтинг участников!

Ключевым преимуществом онлайн-игр является общедоступный формат проведения – все желающие принимают участие из любой точки страны!

Такая площадка даст возможность эффективно популяризировать спорт и здоровый образ жизни, через вовлечение жителей страны в движение ГТО, а также сформировать сообщество единомышленников с активной жизненной позицией!

## СТАТИСТИКА «НАРОДНЫХ ИГР ГТО»

➤ **60 000**  
УЧАСТНИКОВ

**89** РЕГИОНОВ –  
УЧАСТНИКОВ

ОТЧЕТНЫЙ РОЛИК  
«НАРОДНЫХ ИГР ГТО»  
1 СЕЗОН



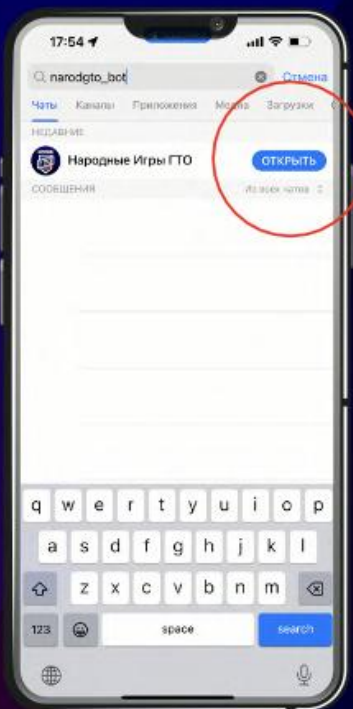
ОТЧЕТНЫЙ РОЛИК  
«НАРОДНЫХ ИГР ГТО»  
2 СЕЗОН



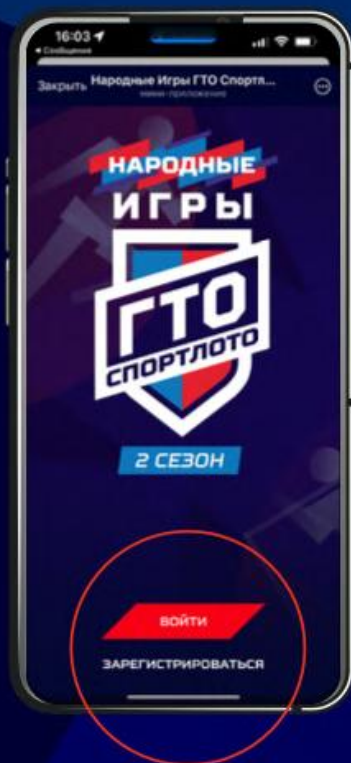


# КАК УЧАСТВОВАТЬ В «НАРОДНЫХ ИГРАХ ГТО СПОРТЛОТО»:

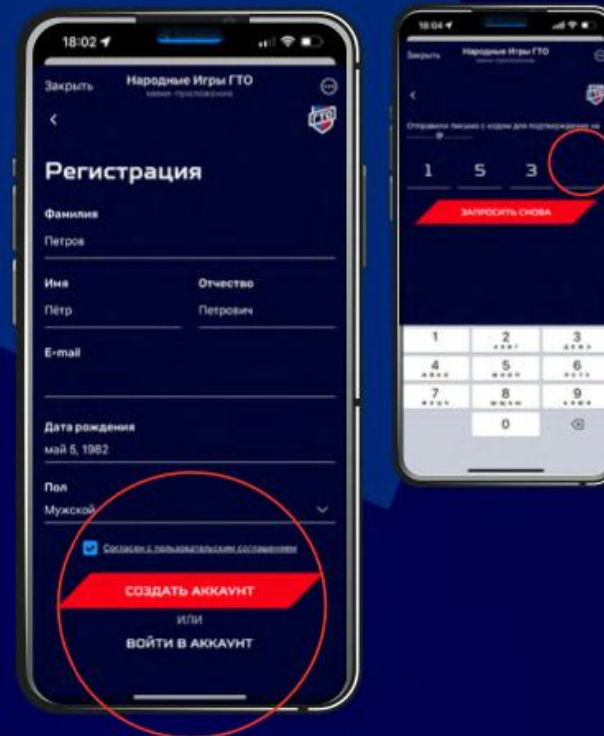
**1.** Наберите в поиске в Telegram «Народные Игры ГТО» или @narodgto\_bot → нажмите «Открыть»



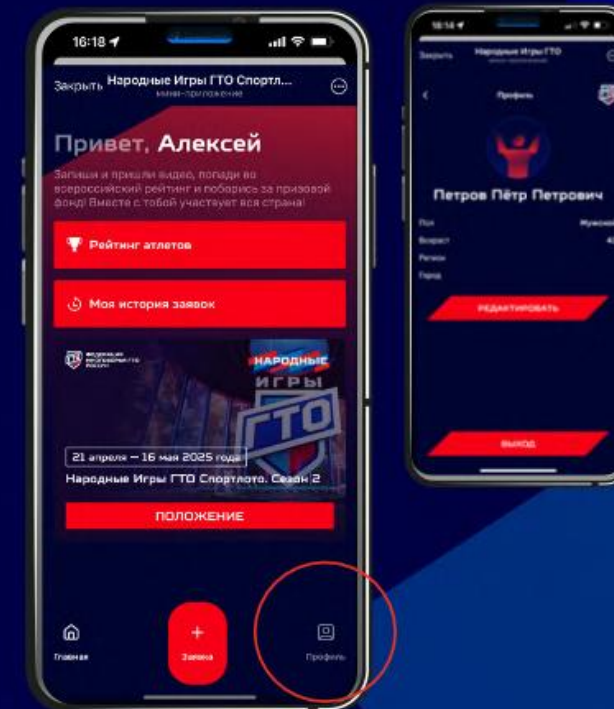
**2.** Нажмите «Зарегистрироваться»



**3.** Заполните все поля, отметьте галочками согласие → впишите код, который придёт на вашу почту.



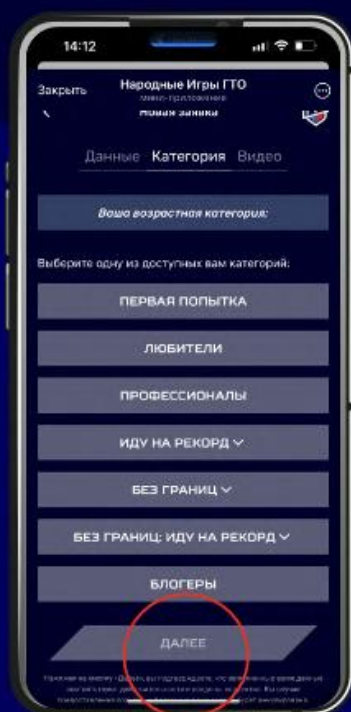
**4.** Дополните свой профиль фотографией и местом проживания.



**5.** Нажмите «Заявка» внизу экрана → заполните все поля → отметьте согласие → нажмите «Далее».



**6.** Выберите категорию → ознакомьтесь с инструкциями → переходите к записи видео.



**7.** Поверните смартфон горизонтально → нажмите «Начать запись»

Запись состоит из двух частей:

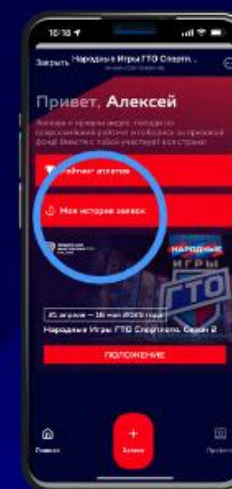
- подготовительный этап без таймера
- этап выполнения упражнений со встроенным таймером.



**8.** Проверьте видео → укажите время комплекса или количество упражнений «Иду на рекорд» → отправьте заявку.



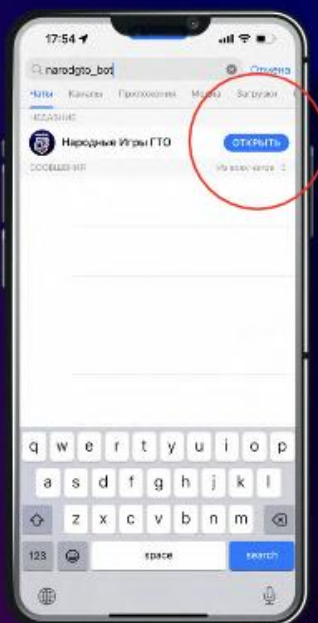
Ваши заявки → «Моя история заявок».





# КАК УЧАСТВОВАТЬ В «НАРОДНЫХ ИГРАХ ГТО СПОРТЛОТО» НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМ:

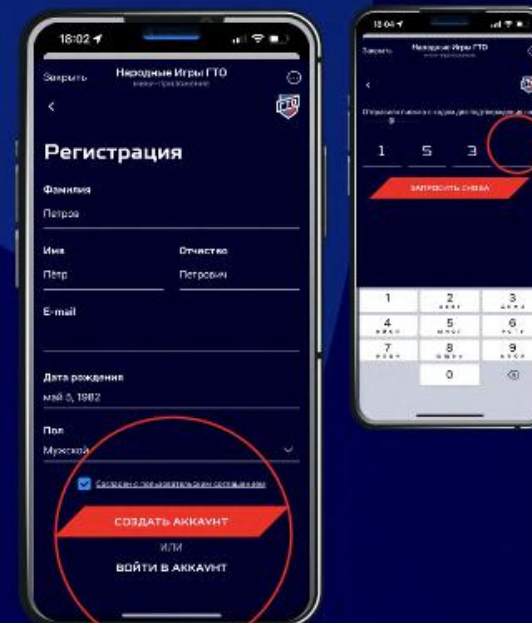
**1. Родитель** набирает в поиске в Telegram «Народные Игры ГТО» или @narodgto\_bot → нажимает «Открыть»



**2. Родитель** нажимает «Зарегистрироваться»  
**! Несовершеннолетних участников (6-17 лет) может регистрировать только родитель со своего аккаунта в Telegram.**



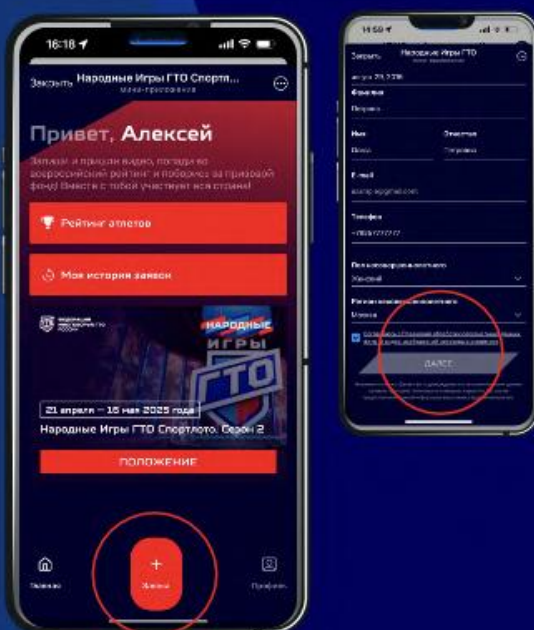
**3. Родитель** заполняет все поля, отмечает галочками согласие → вписывает код, который придёт на его электронную почту.



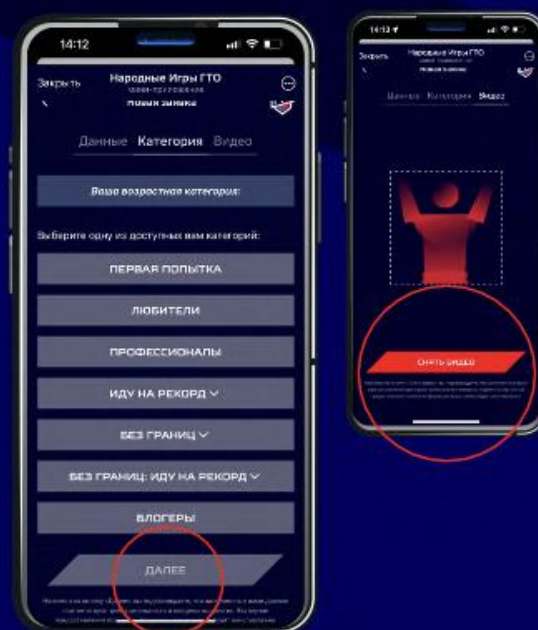
**4. Родитель** дополняет свой профиль фотографией и местом проживания.



**5. Родитель** нажимает «Заявка» внизу экрана → отмечает «Подать заявку за несовершеннолетнего» и заполняет все поля с данными несовершеннолетнего → отмечает согласие → нажимает «Далее».



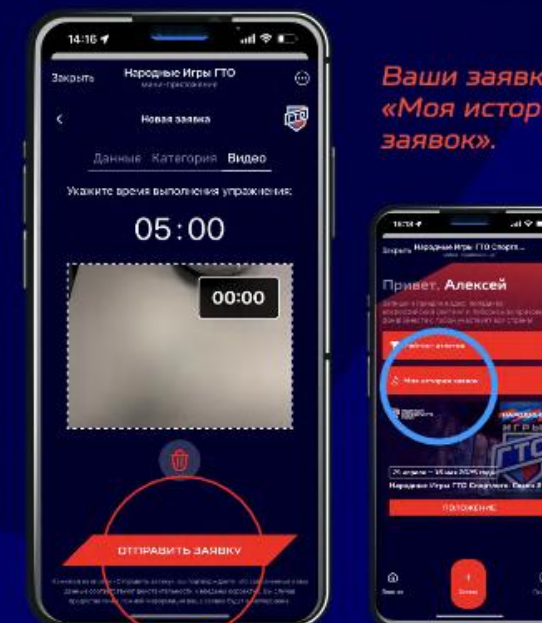
**6. Родитель вместе с несовершеннолетним** выбирает категорию («Юниоры» или «Иду на рекорд») → знакомится с инструкциями → переходит к записи видео.



**7.** Поверните смартфон горизонтально → нажмие «Начать запись»  
**Запись состоит из двух частей:**  
• подготовительный этап без таймера  
• этап выполнения упражнений со встроенным таймером.



**8.** Проверьте видео → укажите время комплекса или количество упражнений «Иду на рекорд» → отправьте заявку.



Ваши заявки → «Моя история заявок».



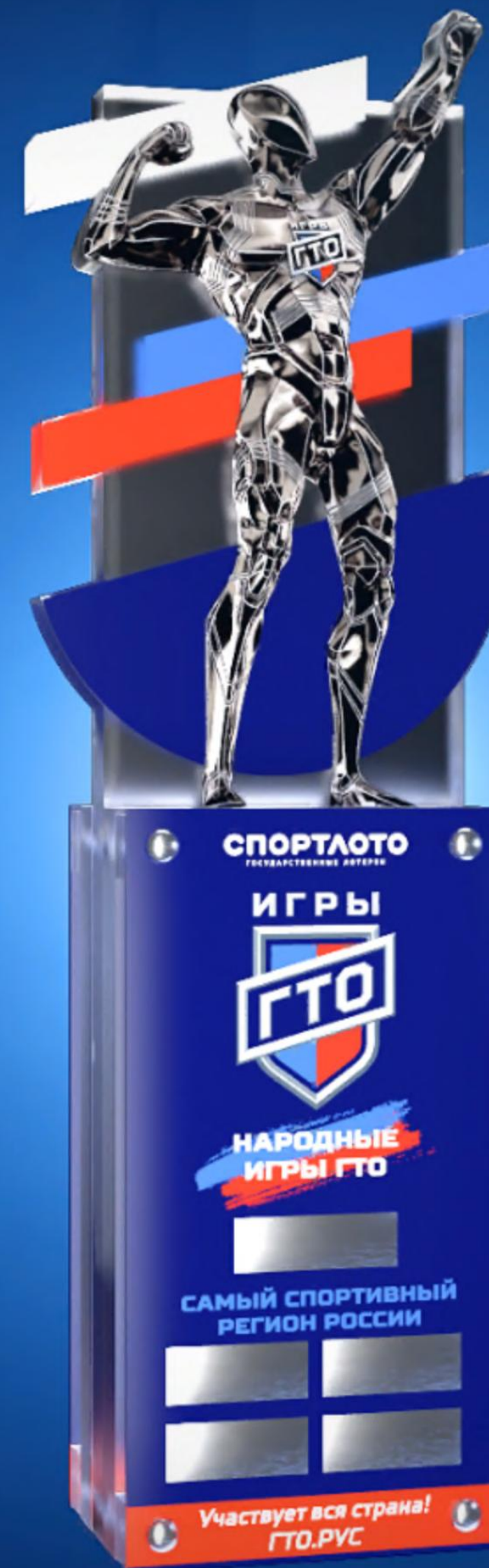
# САМЫЙ СПОРТИВНЫЙ РЕГИОН РОССИИ

В отдельной номинации проекта «Народные Игры ГТО Спортлото» будет определен «Самый спортивный регион России».

Министерству спорта региона, из которого поступит самое большое количество заявок и определится наибольшее количество призёров (с учётом корректирующего коэффициента жителей в регионе), будет вручен переходящий Кубок «Народных Игр ГТО Спортлото» и присвоено звание «Самый спортивный регион России»!

*Самым спортивным регионом по версии первых двух сезонов «Народных Игр ГТО» стал –*

***Ханты-Мансийский  
автономный округ – Югра***





# САМЫЙ СПОРТИВНЫЙ ВУЗ/ССУЗ

Среди номинаций проекта особое место займёт определение самых спортивных ВУЗов и ССУЗов по результатам «Народных Игр ГТО». Этот престижный титул станет заслуженным признанием не только физической подготовки студентов, но и всесторонней поддержки спорта и здорового образа жизни в стенах учебного заведения.

Этот почетный титул достанется учебным заведениям, чьи студенты наиболее активно проявят себя в «Народных Играх ГТО». Критерием станет не только успешное выступление отдельных участников, но и массовость.

ВУЗ/ССУЗ, собравший наибольшее количество заявок на участие в проекте, будет признан победителем в соответствующей номинации.

Это подчёркивает важность вовлеченности всего студенческого сообщества в спортивные инициативы и стремление к здоровому образу жизни.

Данное соревнование станет дополнительным стимулом для студентов к активному участию в проекте и популяризации ГТО.





# КАТЕГОРИИ УЧАСТИЯ В ПРОЕКТЕ



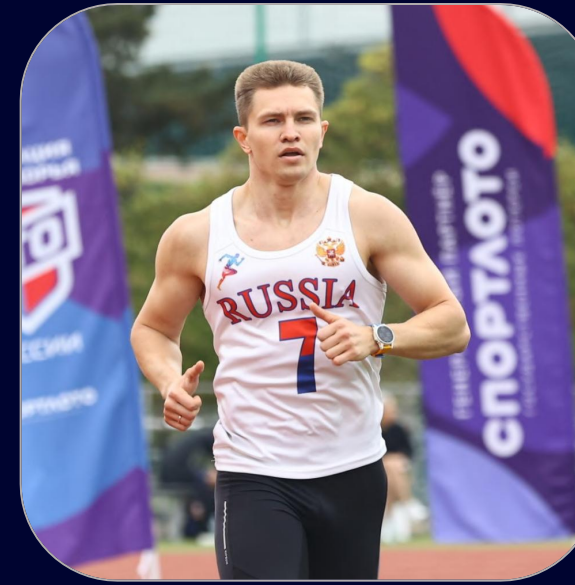
## ПЕРВАЯ ПОПЫТКА

Для участников, впервые пробующих себя в проекте



## ЮНИОРЫ

Для участников 12 – 17 лет



## ЛЮБИТЕЛИ

Для любителей спорта



## ПРОФЕССИОНАЛЫ

Для профессиональных спортсменов, имеющих спортивные достижения



## ИДУ НА РЕКОРД

Для участников, желающих установить рекорд в любой из дисциплин и попасть в книгу рекордов многоборья ГТО



## БЕЗ ГРАНИЦ

Для участников с ограниченными возможностями здоровья



## СПЕЦ ОЛИМПИАДА

Для людей с ментальными нарушениями



# ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ УЧАСТНИКОВ

## ЮНИОРЫ

- 1) 12-13 лет  
(девушки, юноши)
- 2) 14-15 лет  
(девушки, юноши)
- 3) 16-17 лет  
(девушки, юноши)

## ПЕРВАЯ ПОПЫТКА

- 1) 18-19 (женщины, мужчины)
- 2) 20-24 (женщины, мужчины)
- 3) 25-29 (женщины, мужчины)
- 4) 30-34 (женщины, мужчины)
- 5) 35-39 (женщины, мужчины)
- 6) 40-44 (женщины, мужчины)
- 7) 45-49 (женщины, мужчины)
- 8) 50-54 (женщины, мужчины)
- 9) 55+ (женщины, мужчины)

## ЛЮБИТЕЛИ

- 1) 18-19 (женщины, мужчины)
- 2) 20-24 (женщины, мужчины)
- 3) 25-29 (женщины, мужчины)
- 4) 30-34 (женщины, мужчины)
- 5) 35-39 (женщины, мужчины)
- 6) 40-44 (женщины, мужчины)
- 7) 45-49 (женщины, мужчины)
- 8) 50-54 (женщины, мужчины)
- 9) 55+ (женщины, мужчины)

## ПРОФЕССИОНАЛЫ

- 1) 18-34 (женщины, мужчины)
- 2) 35-39 (женщины, мужчины)
- 3) 40-44 (женщины, мужчины)
- 4) 45+ (женщины, мужчины)

## БЕЗ ГРАНИЦ, СПЕЦ ОЛИМПИАДА

Категория для людей с ограниченными возможностями: протез нижней конечности /поражение нижних конечностей / протез верхней конечности, а также с ментальными нарушениями

## ИДУ НА РЕКОРД

- 1) Подтягивания строгие до подбородка (максимальное количество за 2 минуты), для всех категорий возраста 6—71+
- 2) Рывок гири (максимальное количество рывков за 2 минуты), для категорий возраста 19—71+
- 3) Пресс (максимальное количество за 1 минуту), для всех категорий возраста 6—71+
- 4) Отжимания (максимальное количество за 2 минуты), для всех категорий возраста 6—71+

## БЛОГЕРЫ

- 1) 18-19 (женщины, мужчины)
- 2) 20-24 (женщины, мужчины)
- 3) 25-29 (женщины, мужчины)
- 4) 30-34 (женщины, мужчины)
- 5) 35-39 (женщины, мужчины)
- 6) 40-44 (женщины, мужчины)
- 7) 45-49 (женщины, мужчины)
- 8) 50-54 (женщины, мужчины)
- 9) 55+ (женщины, мужчины)

- 1) 18-19 (женщины, мужчины)
- 2) 20-24 (женщины, мужчины)
- 3) 25-29 (женщины, мужчины)
- 4) 30-34 (женщины, мужчины)
- 5) 35-39 (женщины, мужчины)
- 6) 40-44 (женщины, мужчины)
- 7) 45-49 (женщины, мужчины)
- 8) 50-54 (женщины, мужчины)
- 9) 55+ (женщины, мужчины)

## ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ «ИДУ НА РЕКОРД»:

- |          |           |           |
|----------|-----------|-----------|
| 1) 6-7   | 7) 21-30  | 13) 56-60 |
| 2) 8-9   | 8) 31-35  | 14) 61-65 |
| 3) 10-12 | 9) 36-40  | 15) 66-70 |
| 4) 13-15 | 10) 41-45 | 16) 71+   |
| 5) 16-18 | 11) 46-50 |           |
| 6) 19-20 | 12) 51-55 |           |

## ИДУ НА РЕКОРД: БЕЗ ГРАНИЦ

- 1) Подтягивания строгие до подбородка (максимальное количество за 2 минуты), для всех категорий возраста 6—71+
- 2) Толчок гири с груди, максимальное количество повторений за 2 минуты, мужчины и женщины, для категорий возраста 19—71+



# ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ПАРТНЕРОВ

## ОПЦИИ ФЕДЕРАЦИИ МНОГОБОРЬЯ ГТО



### САЙТ ГТО.РУС

Возможность размещение логотипа партнера на сайте ГТО.РУС в разделе «Партнеры» с возможностью перехода на сайт партнера



### СОЦ.СЕТИ

Размещение поста с информацией о партнере в социальных сетях федерации:

1. <https://t.me/gtosport>
2. <https://www.instagram.com/gtosport.russia?igsh=dGZtZjhhYjZvOHF6>
3. <https://vk.com/gtosport>
4. <https://rutube.ru/channel/55921573/>



### НОВОСТИ

Новостные поводы с упоминанием партнера на сайте проекта

## ОПЦИИ ПАРТНЕРОВ



### ОТДЕЛЬНАЯ НОМИНАЦИЯ И ПРИЗОВОЙ ФОНД ПАРТНЕРА

- 1) Партнер может предложить отдельную номинацию в рамках проекта и предоставить призовой фонд. Механика определения победителя остается на усмотрение партнера
- 2) Предоставление мерча, либо фирменной продукции партнера участникам/победителям проекта



### СОВМЕСТНАЯ РЕКЛАМНАЯ КАМПАНИЯ

- 1) Упоминание о проекте в социальных сетях и других собственных каналах
- 2) Анонсирование игр с призывом участия (опция обсуждается в зависимости от возможностей партнера)
- 3) Иные форматы партнерства и кросс-промо акций