

Утверждаю:  
Глава Катав-Ивановского  
муниципального округа  
Челябинской области  
А.В.Васильев  
2026 г.



## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о проведении XI Зимнего муниципального фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Муниципальный этап зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного Комплекса ГТО (далее Фестиваль) проводится среди населения Катав-Ивановского муниципального округа.

**Целью** Фестиваля является вовлечение населения Катав-Ивановского муниципального округа 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 населения Катав-Ивановского муниципального округа;
- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни населения;
- пропаганда здорового образа жизни и активного отдыха;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- выявление сильнейших спортсменов и команд.

#### **2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Муниципальный этап Фестиваля ГТО проводится: **31 января и 1 февраля 2026 г.** в два этапа:

**1 этап 31.01.2026г. с 11:00 до 13:00 «Бег на лыжах»**  
состоится на лыжной базе (ул. Стройгородок, 9).

**2 этап 01.02.2026г. с 10:00 до 12:00**

**в МУ ДО «ДЮСШ г. Катав-Ивановска» (ул. Октябрьская д.50).**

#### **3. РУКОВОДСТВО И ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Финансирование и общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля ГТО осуществляет Управление Физической культуры и спорта Администрации Катав-Ивановского муниципального округа.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Центр тестирования ГТО в Катав-Ивановском муниципальном округе и на главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований: Цыганов А.Н.

#### **4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

К участию в Фестивале допускаются участники, зарегистрированные на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru), получившие уникальный идентификационный номер (УИН), допуск врача (иметь при себе).

К фестивалю допускаются участники с IV по XVI возрастные ступени комплекса ГТО и не имеющие медицинских противопоказаний.

Руководители участников предоставляют в комиссию по допуску в день проведения Фестиваля заявку, заверенную врачом и руководителем организации, а также регистрационный ID номер на каждого участника.

Участники фестиваля предоставляют ID номер и медицинскую справку от участкового терапевта (Приложение № 2).

Все вопросы по номеру тел.: (835147) 9-70-47 Управление ФКиС АКМО 8(919)316-83-29  
Ю.В.Воробьев. 8(982)341-73-43 А.Н.Цыганов.

## 5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Фестиваль проводится в соответствии с методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, утверждённым Минспортом России от 29.05.2023г.

### Виды спортивной программы:

1. Бег на лыжах (2,3,5 км.);
2. Поднимание туловища из положения лёжа на спине;
3. Подтягивание из виса на высокой перекладине;
4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;

### Мальчики (юноши, мужчины)

№ пп	Вид испытания (тест)	IV ст. 12-13 лет	V ст. 14-15 лет	VI ст. 16-17 лет	VII- IX ст. 18-29 лет	X-XI ст. 30-39 лет	XII-XIII ст. 40-49 лет	XIV- XVI ст. 50-64 лет
1.	Бег на лыжах (мин.с.)	2 км	3 км	5 км	5 км	5 км	5 км	5 км
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	+	+	+	+	+	+	+
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+	+	+
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+	+	-	-
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	+	+	+	+	+	+	+
	<b>КОЛИЧЕСТВО ИСПЫТАНИЙ</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

### Девочки (девушки, женщины)

№ пп	Вид испытания (тест)	IV ст. 12-13 лет	V ст. 14-15 лет	VI ст. 16-17 лет	VII- IX ст. 18-29 лет	X-XI ст. 30-39 лет	XII-XIII ст. 40-49 лет	XIV- XVI ст. 50-64 лет
1.	Бег на лыжах (мин.с)	2 км	3 км	3 км	3 км	3 км	2 км	2 км
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	+	+	+	+	+	+	+
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+	+	+	+	+	+	+
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+	+	+	+	-	-
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	+	+	+	+	+	+	+
	<b>КОЛИЧЕСТВО ИСПЫТАНИЙ</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

## **6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

Победители Фестиваля определяются в каждой ступени ГТО среди юношей (мужчин), девушек (женщин) по наибольшей сумме очков, набранных в видах испытаний (тестов) комплекса ГТО в соответствии со 100-очковыми таблицами оценки результатов. В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на лыжах.

Победители Фестиваля **с IV по XVI ступени ГТО** награждаются денежными призами.

По итогам личного первенства муниципального этапа отбирается команда из 14 человек (1 юноша (мужчина) + 1 девушка (женщина) от каждой ступени) **с IV по XVI ступень** для участия в зональном этапе Фестиваля ГТО (г.Чебаркуль), которое состоится **07.02.2026г.**

## **7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ.**

Главный судья является ответственным за соблюдение норм и правил техники безопасности при проведении спортивного соревнования.

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утверждённых постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353 (с изменениями на 17 мая 2022 года).

Соревнования проводятся в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утверждённым Минспортом России и Роспотребнадзором, а также Распоряжением Правительства Челябинской области от 04.10.2021 №728-рп.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020г. № 1144н «Об утверждении порядка 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» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

**Форма командной заявки**

Заявка на участие в муниципальном этапе зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций.

От команды \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИО (полностью)	Дата рождения	ID-номер в АИС ГТО	Адрес (по прописке)	Виза врача
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

К соревнованиям допущено \_\_\_\_\_ человек.

Врач \_\_\_\_\_ (ФИО, подпись) Дата: \_\_\_\_\_

Руководитель \_\_\_\_\_ (ФИО, подпись).

**Форма медицинской справки**

**СПРАВКА-ДОПУСК**

Дана \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ года рождения в том, что он (она) по состоянию здоровья и физической подготовке  
допускается к сдаче нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Врач \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 г.

М.П.  
(название учреждения)