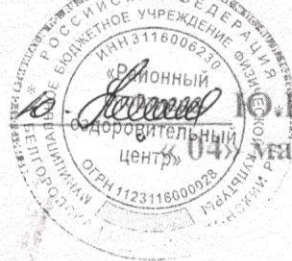


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУФК
«Районный спортивно-
оздоровительный центр»



Ю.В.Чуприна
«04» марта 2025 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник управления
физической культуры,
спорта и молодежной политики
администрации Ракитянского
района



А.И.Попов
«04» марта 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов
Ракитянского района

2025 год

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди трудовых коллективов, 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 культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- 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;
- вовлечение взрослого населения Ракитянского района в систематические занятия физической культурой и спортом;

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Дата проведения фестиваля : **22 марта 2025 года**

Время проведения : **10:00 ч.**

Место проведения : **ФОК «Спартак», п. Пролетарский, бассейн «Готня»**

3. ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ

Общее руководство мероприятия осуществляет управление физической культуры, спорта и молодежной политики администрации Ракитянского района. Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на муниципальный центр тестирования ВФСК ГТО.

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ ФЕСТИВАЛЯ

Фестиваль проводится среди трудящихся из числа работников предприятий (организаций, учреждений) независимо от организационно-правовой формы и государственных и муниципальных служащих в возрасте от 25 до 64 лет в следующих возрастных ступенях:

- 25-29 лет (девятая ступень комплекса ГТО);
- 30-34 лет (десятая ступень комплекса ГТО);
- 35-39 лет (одиннадцатая ступень комплекса ГТО);
- 40-44 лет (двенадцатая ступень комплекса ГТО);
- 45-49 лет (тринадцатая ступень комплекса ГТО);
- 50-54 лет (четырнадцатая ступень комплекса ГТО);
- 55-59 лет (пятнадцатая ступень комплекса ГТО);
- 60-64 лет (шестнадцатая ступень комплекса ГТО);

Возраст участников определяется по состоянию на дату последнего дня соревновательной программы областного этапа (29 марта 2025 года).

Все участники должны иметь **медицинское заключение о допуске** к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Все участники должны быть зарегистрированы на Всероссийском интернет-портале ВФСК ГТО и иметь уникальный идентификационный номер (УИН), а также подтвердить свой УИН через Госуслуги.

Количественный состав команды не ограничен.

5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

– регистрации участников – с 9:30 до 9:50 ч.

– торжественное открытие Фестиваля – 10:00 ч

Спортивная программа предполагает выполнение нескольких испытаний каждым участником в формате Многоборья ГТО

№ п/п	Испытания (тесты)	Возрастные группы
Женщины		
1.	Наклон вперед стоя на гимнастической скамье	Все возрастные группы
2.	Поднимание туловища из положения лежа	Все возрастные группы
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на спине	От 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	От 60 до 64 лет
4.	Плавание 50 м	От 25 до 59 лет
	Плавание 25 м	От 60 до 64 лет
Мужчины		
1.	Наклон вперед стоя на гимнастической скамье	Все возрастные группы
2.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Все возрастные группы
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	От 25 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	От 60 до 64 лет
4.	Плавание 50 м	От 25 до 59 лет
	Плавание 25 м	От 60 до 64 лет

6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Соревнования фестиваля – командные. В командный зачет идут 5 лучших результатов в многоборье, показанных участниками команды разных возрастных категорий. Результаты подводятся по 100-очковой таблице ВФСК ГТО.

-1 мужчина и 1 женщина – категория 25-34 лет (девятая и десятая степень комплекса ГТО);

-1 мужчина и 1 женщина – категория 35-44 лет (одиннадцатая или двенадцатая степень комплекса ГТО);

-1 мужчина и 1 женщина – категория 45-54 (тринадцатая или четырнадцатая степень комплекса ГТО);

-1 мужчина и 1 женщина – категория 55-64 (пятнадцатая или шестнадцатая степень комплекса ГТО).

Команда-победитель определяется по наибольшему количеству очков.

Организаторы вправе вносить изменения в программу мероприятий Фестиваля комплекса ГТО.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1, 2, 3 место, награждаются кубками, грамотами и медалями.

8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с награждением победителей и призеров Фестиваля, несет муниципальное бюджетное учреждение физической культуры «Районный спортивно-оздоровительный центр».

9. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в Фестивале направляются по форме согласно Приложениям 1 в срок до 20 марта 2025 года на электронный адрес: gto.rakita@mail.ru . Вместе с предварительной заявкой направляется скриншот из личного кабинета участника на портале ВФСК ГТО.

Предварительную заявку необходимо предоставить в форме электронного документа без визы врача.

Настоящее положение является основанием командирования команды для участия в районном фестивале ГТО среди трудовых коллективов Ракитянского района.