

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор муниципального автономного учреждения  
**«Центр физической культуры и спорта»**



**О.В. Конкин**

\_\_\_\_\_ 2025 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Председатель комитета  
по физической культуре и спорту  
администрации муниципального образования  
**«Город Саратов»**



**Н.В. Кузнецов**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении городского фестиваля Всероссийского физкультурно -  
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)  
для участников 50+ «Активное долголетие»**

### **I. ВВЕДЕНИЕ**

Городской фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников 50+ «Активное долголетие» (далее – Фестиваль) проводится в соответствии календарным планом спортивных и физкультурных мероприятий муниципального образования «Город Саратов» на 2025 год.

### **II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

Задачи и цели Фестиваля:

- популяризация здорового образа жизни и комплекса ГТО в городе Саратове, как основного инструмента по привлечению населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- мониторинг уровня физического развития и физической подготовленности населения в возрасте от 50 лет и старше по результатам выполнения ими испытаний комплекса ГТО;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности населения относящегося к старшим ступеням комплекса ГТО.

### **III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство проведением Фестиваля осуществляет комитет по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов». Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на муниципальный центр тестирования ВФСК «ГТО» МАУ «ЦФКиС». Главный судья – **Конкин Олег Викторович**.

МАУ «ЦФКиС» осуществляет организационное и методическое обеспечение Фестиваля, проверку предварительных заявок на участие в

Фестивале и проводит допуск команд к участию, координирует непосредственное проведение мероприятия.

Состав судейских бригад по видам испытаний формируется из числа судей, имеющих соответствующую судейскую категорию по видам спорта, дисциплины которых являются видами нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Положением о спортивных судьях, утвержденным приказом Минспорта России от 28.12.2017 № 134 и допущенных к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Порядком допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 19.10.2017 № 909.

Состав ГСК по видам испытаний утверждаются муниципальным центром тестирования ВФСК «ГТО».

## **I. МЕСТО, СРОКИ И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

Фестиваль проводится: **1 марта 2025 года**, г. Саратов, манеж стадиона «Спартак» (ул. Дегтярная, 12), бассейн «Саратов» (ул. Чернышевского, 63)

□ 09:00 – 09:30 – работа мандатной комиссии (стадион «Спартак»);

□ 09:40 – 09:50 – торжественное построение и открытие Фестиваля;

□ 10:00 – 13:30 – выполнение нормативов испытаний (тестов) согласно программе Фестиваля;

□ 13:30 – 14:00 – подведение итогов Фестиваля, торжественная церемония награждения победителей и призеров.

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

К участию в фестивале допускаются мужчины и женщины, относящиеся к XIV ступени и старше:

□ четырнадцатая ступень (50 – 54 лет);

□ пятнадцатая ступень (55 – 59 лет);

□ шестнадцатая ступень (60 – 64 лет);

□ семнадцатая ступень (65 – 69 лет);

□ восемнадцатая ступень (70 лет и старше), имеющих медицинский допуск к участию в комплексе ГТО.

Возраст участников Фестиваля в соответствующей ступени комплекса ГТО определяется по состоянию на дату последнего дня соревновательной программы Фестиваля.

Все участники должны быть авторизованы в системе ФГИС «Спорт» при помощи сервисов ЕСИА (портал «Госуслуги») по адресу: [gto.gov.ru](http://gto.gov.ru) и иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН).

Соревнования проводятся 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 29 мая 2023 года, приказом Минспортом России от 18 апреля 2023 года № 259 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных

мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**К участию в Фестивале не допускаются:**

□ лица, не авторизованные в электронной базе данных, относящихся к комплексу ГТО;

□ лица, не имеющие медицинский допуск к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;

□ лица, не соответствующие установленным Положением требованиям к возрасту участников Фестиваля.

Участники фестиваля прибывают на спортивные соревнования в спортивной форме (иметь при себе принадлежности для плавания)

### **III. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

Спортивная программа состоит из испытаний (тестов) комплекса ГТО для четырнадцатой - восемнадцатой возрастных ступеней комплекса ГТО:

<b>Спортивная программа</b>		
<b>№ п/п</b>	<b>Виды испытаний (тестов)</b>	<b>Участники</b>
1	Плавание 25 м	Мужчины, женщины XVI – XVIII ступени
	Плавание 50 м	Мужчины, женщины XIV – XV ступени
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз, 3 мин)	Мужчины, женщины XIV – XV ступени
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз, 3 мин)	Мужчины, женщины XVI – XVII ступени
	Сгибание и разгибание рук в упоре о сидение стула (количество раз, 3 мин)	Мужчины, женщины XVIII ступени
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Все участники
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз, 1 мин)	Все участники

Оргкомитет и ГСК оставляет за собой право изменить программу, время и место проведения Фестиваля в случае возникновения форс-мажорных обстоятельств.

**Условия проведения соревнований.**

Соревнования Фестиваля являются **личными**. Участие в программе Фестиваля обязательно для всех участников. В зачет входят результаты 4 видов нормативов испытаний (тестов) спортивной программы.

## **Плавание**

Испытание проводится в бассейнах или специально оборудованных местах на водоемах. Допускается стартовать с тумбы, бортика или из воды (на усмотрение испытуемого).

Способ плавания – вольный стиль. Участник касается стенки бассейна или края (границы) специально оборудованного места для плавания какой-либо частью тела при завершении каждого отрезка дистанции и на финише.

## **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу**

Выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы упираются в пол без опоры. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжить выполнение испытания.

## **Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью и о сиденье стула**

В возрастной группе 60-69 лет (XVI-XVII ступени) участники выполняют сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (соответствующую ГОСТ Р 57542-2017), в возрастной группе 70 лет и старше (XVIII ступень) – о сиденье стула (не ниже 45 см). Допускается вместо стула использовать тумбу, куб, стол высотой от 45 до 50 см и шириной не менее 50 см. Остальные требования к выполнению испытаний и недопущению ошибок аналогичны требованиям испытания «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».

## **Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье**

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни параллельно, расположены на ширине 10-15 сантиметров.

Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, леггинсы).

При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня скамьи определяется знаком «-», ниже – знаком «+».

## **Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)**

Поднимание туловища из положения лёжа на спине выполняется из исходного положения: лёжа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество пониманий туловища за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

При наличии специализированного лицензионного оборудования для выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, удержание ног может осуществляться участником в специальном пазе спортивного снаряда самостоятельно.

#### **IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ**

Обеспечение общественного порядка на соревнованиях осуществляется в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований».

Мероприятие проводится в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденных Министерством спорта Российской Федерации и главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 31 июля 2020 года (в редакции от 12 ноября 2021 года).

Медицинское обеспечение осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка 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 физкультурных и спортивных мероприятиях.

Место проведения мероприятия обозначается специальными знаками, огораживающими средствами безопасности и контролируются сотрудниками муниципального центра тестирования ВФСК «ГТО» МАУ «ЦФКиС».

#### **V. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Система проведения Фестиваля определяется главным судьей, в зависимости от количества участников. Соревнования Фестиваля являются **личными**.

Определение победителей и призеров производится после подсчета судейской коллегией результатов по каждому из видов Фестиваля. **Личное** первенство среди участников определяется отдельно для каждой ступени комплекса ГТО среди мужчин и женщин по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы фестиваля согласно 100 очковой таблицы результатов.

В случае равенства суммы очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в поднимании туловища из положения лежа на спине, при равенстве и этого показателя по лучшему результату в наклоне вперед из положения стоя на гимнастической скамье.

Соотношение полученных результатов и очков осуществляется по 100 очковой таблице оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО согласно Приложению №2 к методическим рекомендациям по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 18 апреля 2023 г. № 259.

Информация о победителях и призерах размещается на официальном аккаунте муниципального центра тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) МАУ «ЦФКиС».

## VI. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры соревнований в каждой гендерно-возрастной группе награждаются отдельно медалями и грамотами комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов».

## VII. УСЛОВИЯ ФИНАНСОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Приобретение наградной атрибутики, оплата работы судейского аппарата и медицинского персонала осуществляется за счёт средств комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов».

Расходы, связанные с участием в Фестивале, несут командирующие организации.

## VIII. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки для участия в Фестивале (приложение №1) с обязательным указанием контактного телефона подаются до 15:00 ч. 27 февраля 2025 г. в электронном виде по e-mail: [gto\\_saratov@mail.ru](mailto:gto_saratov@mail.ru) тел.: 8(8452) 79-21-64 (указать в теме письма «Заявка на участие в Фестивале 50+).

Контактное лицо по всем организационным вопросам – **Милютинна Анна Андреевна, тел. 79-21-64 (с 9.00 до 18.00 понедельник-пятница)**

Именные заявки (оригинал) подаются в главную судейскую коллегия (мандатную комиссию/ комиссию по допуску) в день проведения фестиваля **1 марта 2025 года.**

Необходимый перечень представляемых документов:

– оригинал заявки (приложение №1);  
– паспорт или документ, удостоверяющий личность каждого участника (ксерокопия);

□ оригинал согласия на обработку персональных данных (приложение №2);

– при отсутствии медицинского допуска в заявке - медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО на каждого участника, выданное лечебным учреждением на основании приказа Минздрава России от 23.10.2020 № 1144 н;

**ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**  
**в фестивале Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса**  
**«Готов к труду и обороне» (ГТО) для участников 50+**  
**«Активное долголетие»**  
**1 марта 2025 года**

№	ФИО	Число, месяц, год рождения	УИН участника	Степень комплекса ГТО	Домашний адрес Паспортные данные участника (серия, №, дата выдачи)	Допуск врача, дата, подпись, печать
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.	Ф.И.О. представителя	телефон, электронная почта				

Допущено к участию в городском фестивале Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для участников 50+ «Активное долголетие»

\_\_\_\_\_ участников.

(подпись)

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

(ФИО)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.

М.П.

Представитель команды \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

(ФИО)

Контактный телефон \_\_\_\_\_

**Согласие на обработку персональных данных и на использование изображения**

Я, \_\_\_\_\_ нижеподписавшийся  
проживающий по адресу \_\_\_\_\_ ул.  
\_\_\_\_\_ паспорт: \_\_\_\_\_ (серия) \_\_\_\_\_ (номер)  
\_\_\_\_\_ (выдан) \_\_\_\_\_ (дата),

в соответствии с требованиями статьи 9 федерального закона от 27.07.2006г. «О персональных данных» № 152-ФЗ, подтверждаю свое согласие муниципальному автономному учреждению «Центр физической культуры и спорта» расположенного по адресу: 410056, Россия, г. Саратов, ул. Чапаева В.И., (далее — МАУ «ЦФКиС») на обработку моих персональных данных, включающих: фамилию, имя, отчество, пол, дату рождения, адрес регистрации по месту жительства, адрес фактического проживания, контактные телефон(ы), адрес электронной почты, паспортные данные, ИНН, СНИЛС

Обработка (сбор, систематизация, накопление, хранение, уточнение, использование, передача, уничтожение) моих персональных данных осуществляется в целях регистрации, взаимодействия и моего участия в мероприятии – городской фестиваль Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для участников 50+ «Активное долголетие».

Я предоставляю МАУ «ЦФКиС» право передавать мои персональные данные должностным лицам МАУ «ЦФКиС», партнерам и контрагентам МАУ «ЦФКиС» в рамках реализации вышеуказанных целей.

Я обязуюсь не представляться чужим именем или от чужого имени (частного лица или организации), не указывать заведомо недостоверную информацию и информацию, идентифицирующую третьих лиц или относящуюся к третьим лицам.

Предоставляю МАУ «ЦФКиС» право осуществлять все действия (операции) с моими персональными данными, включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, обновление, изменение, использование, обезличивание, блокирование, уничтожение. МАУ «ЦФКиС» вправе обрабатывать мои персональные данные посредством внесения их в электронную базу данных, включения в списки (реестры) и отчетные формы, предусмотренные документами, регламентирующими деятельность МАУ «ЦФКиС».

Согласие на обработку персональных данных действует в течение 5 (пяти) лет с даты его предоставления.

Я оставляю за собой право отозвать свое согласие на обработку персональных данных посредством составления соответствующего письменного документа, который может быть направлен мной в адрес МАУ «ЦФКиС» по почте заказным письмом с уведомлением о вручении, либо вручен лично под расписку уполномоченному представителю МАУ «ЦФКиС».

Обработка персональных данных прекращается в течение трех дней с момента получения МАУ «ЦФКиС» письменного заявления (отзыва) и/или в случае достижения цели обработки и уничтожается в срок и на условиях, установленных законом, если не предусмотрено иное.

Настоящим документом даю МАУ «ЦФКиС» согласие на использование моего изображения, полученного в ходе фото- и видеосъемки при проведении городского фестиваля Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для участников 50+ «Активное долголетие»..

МАУ «ЦФКиС» вправе обнародовать (путем опубликования, публичного показа, сообщения в телевизионном эфире или по кабелю либо любым другим способом) и использовать мое изображение полностью или фрагментарно: воспроизводить, перерабатывать и распространять изображение, в любой форме и с использованием любых средств посредством его включения в собственные материалы, а также продать материальные носители, содержащие изображение, любому третьему лицу.

МАУ «ЦФКиС» обязуется не использовать мое изображение способами, порочащими мою честь, достоинство и деловую репутацию.

Я передаю МАУ «ЦФКиС» исключительные права на фото- и аудиовизуальные произведения, в которых используется мое изображение.

Согласие на использование моего изображения предоставляется МАУ «ЦФКиС» бессрочно и безвозмездно.

\_\_\_\_\_  
(подпись) \_\_\_\_\_ (ФИО полностью)  
Дата: « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.