

«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 фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди фитнес-клубов города Саратова

I. ВВЕДЕНИЕ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди фитнес-клубов города Саратова (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 20 до 49 лет по результатам выполнения ими испытаний комплекса ГТО;
- совершенствование форм физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, организуемой фитнес клубами;
- повышение уровня физической подготовленности населения.

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».

IV. МЕСТО, СРОКИ И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Фестиваль проводится: 14 марта 2025 года, г. Саратов, манеж Дворца спорта, бассейн «Саратов».

- 09:00 – 09:30 – работа мандатной комиссии (Дворец спорта);
- 09:40 – 09:50 – торжественное построение и открытие Фестиваля;
- 10:00 – 13:30 – выполнение нормативов испытаний (тестов) согласно программе Фестиваля;
- 14:00 – 14:30 – подведение итогов Фестиваля, торжественная церемония награждения победителей и призеров.

V. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в фестивале допускаются мужчины и женщины, относящиеся к восьмой – тринадцатой ступеням ВФСК ГТО:

- восьмая ступень (20 – 24 лет);
- девятая ступень (25 – 29 лет);
- десятая ступень (30 – 34 лет);
- одиннадцатая ступень (35 – 39 лет);
- двенадцатая ступень (40 – 44 лет);
- тринадцатая ступень (45 – 49 лет).

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 и иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН).

Предоставить подтверждение о трудоустройстве в фитнес-клубе (заверенные справка, или договор с места работы, или копия трудовой книжки).

К участию в Фестивале допускается команда, направившая заявку, соответствующую требованиям Положения, в установленные сроки.

Состав команды: 6 человек (1м+1ж в трех категориях) и 1 руководитель (представитель) команды (при наличии):

1 категория: восьмая ступень (20-24 лет) или девятая ступень (25-29 лет): 1 мужчина + 1 женщина;

2 категория: десятая ступень (30-34 лет) или одиннадцатая ступень (35-39 лет): 1 мужчина + 1 женщина;

3 категория: двенадцатая ступень (40-44 лет) или тринадцатая ступень (45-49 лет): 1 мужчина + 1 женщина.

К участию в Фестивале не допускаются:

- лица, не зарегистрированные в электронной базе данных, относящейся 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;

- лица, не подтвердившие трудоустройство в фитнес-клубе.

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).

Участники фестиваля прибывают на спортивные соревнования в спортивной форме. С собой необходимо иметь принадлежности для бассейна.

VI. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Спортивная программа состоит из испытаний (тестов) комплекса ГТО для восьмой - тринадцатой возрастных ступеней комплекса ГТО:

Спортивная программа		
№ п/п	Виды испытаний (тестов)	Участники
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз, 4 мин)	Мужчины
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз, 4 мин)	Женщины
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
5	Плавание 50 м	Все участники

6	Легкоатлетическая эстафета (6x150м)	Все участники
---	-------------------------------------	---------------

Условия проведения соревнований.

Соревнования Фестиваля являются лично-командными. Легкоатлетическая эстафета – оценивается отдельно от многоборья ГТО. Участие в программе Фестиваля обязательно для всех участников. В командный зачет входят результаты 4 видов испытаний.

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

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.

Наименования и видимые проявления ошибок участниц при выполнении сгибания и разгибания рук в упоре лежа

Наименование ошибки	Видимое проявление ошибки
«Нет касания»	Нет касания контактной платформы средней частью грудной клетки
«Живот»	Касание контактной платформы не средней частью грудной клетки
«Нет фиксации»	И. п. не зафиксировано на 1 с
«Плечи вниз»	Плечи нарушили прямую линию «плечи-туловище-ноги», уйдя вниз от туловища
«Плечи вверх»	Плечи нарушили прямую линию «плечи-туловище-ноги», уйдя вверх от туловища
«Бедра»	Бедра касаются подиума
«Таз»	Таз нарушил прямую линию «плечи-туловище-ноги»
«Волна»	Поочередное нарушение прямой линии плечами, тазом и т. д.
«Поочередно»	Явно видимое поочередное разгибание рук
«Угол»	Локти разведены относительно оси туловища более чем по 45 °
«Исходное»	Во время отдыха нарушено и. п.

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 подниманий 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.

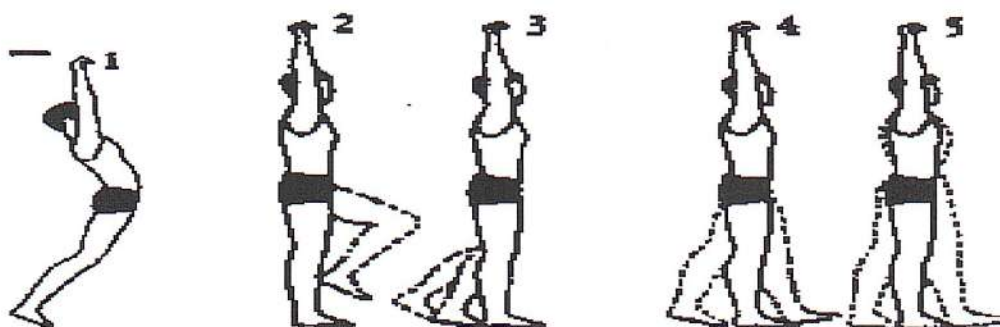
Видимые проявления ошибок у участников при выполнении поднимания туловища из положения лёжа на спине: отсутствие касания локтями бедер (коленей), размыкание пальцев из «замка», смещение или поднимание таза, изменение прямого угла согнутых ног, нет касания лопатками пола. Допускается пересечение проекции бедер локтями.

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе. Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение не менее чем на 0,5 с. Испытание выполняется на максимальное количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Наименования и видимые проявления ошибок участников при выполнении подтягивания

Наименование ошибки	Видимое проявление ошибки
«Подбородок»	Подбородок не поднят выше грифа перекладины
«Нет фиксации»	И. п. не зафиксировано на 0,5 с (рис. 8.1)
«Рывок»	Резкое, порывистое движение руками и/или ногами (например, рис. 8.2 - «Рывок» бедрами)
«Взмах»	Маятниковое движение с остановкой (голенями и т.д.) (рис. 8.3, 8.4)
«Волна»	Поочередное резкое нарушение прямой линии ногами и т.д. (рис. 8.5)
«Поочередно»	Явно видимое поочередное сгибание рук
«Руки согнуты»	При приходе в и. п. руки согнуты в локтевых суставах
«Одна рука»	Вис на одной руке
«Остановка»	Нарушение непрерывности движения вверх
«Голова»	Резкое движение головой вверх
«Касание»	Касание любого предмета, кроме грифа перекладины, любой частью тела



Плавание

Испытание проводится в бассейне. 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.

Согласно правилу «двух стартов», при первом фальстарте судья-стартер должен вернуть участников и напомнить им о недопустимости старта до сигнала. В дальнейшем любой участник, стартовавший до сигнала, дисквалифицируется в данном упражнении.

Легкоатлетическая эстафета

Легкоатлетическая эстафета проводится по 150-метровым беговым дорожкам манежа Дворца спорта. В эстафете участвует вся команда. Команда обязана преодолеть все этапы эстафеты. Если состав команды неполный, разрешается участнику команды пройти этап повторно, заменив недостающего участника того же пола и запрещается выполнение двух этапов подряд одним участником. Принять эстафетную палочку разрешается в зоне передачи, длина которой 20 метров, спортсмены выбегают из этого коридора уже с эстафетной палочкой в руках. Начинать разгон можно за 10 метров до начала зоны передачи эстафеты. Если палочка упала, поднять её может только тот, кто уронил. Палочку нельзя бросать между участниками, передача происходит вкладыванием палочки в руку.

VII. 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».

VIII. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Соревнования Фестиваля являются **лично-командными**. Участие в программе Фестиваля обязательно для всех участников.

Командное первенство в многоборье ГТО определяется по сумме очков, набранных всеми членами команды за выполнение 4 видов испытаний.

В случае равенства суммы-очков у двух или более команд преимущество получает команда, показавшая 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.

В легкоатлетической эстафете по лучшему времени прохождения эстафеты всей командой.

Личный зачет в многоборье ГТО определяется по сумме очков, набранных членами команды отдельно в следующих категориях:

1 категория: восьмая ступень (20-24 лет) или девятая ступень (25-29 лет);

2 категория: десятая ступень (30-34 лет) или одиннадцатая ступень (35-39 лет);

3 категория: двенадцатая ступень (40-44 лет) или тринадцатая ступень (45-49 лет).

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».

IX. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1, 2, 3 место в личном зачете в многоборье ГТО в каждой категории (8-9 ступень комплекса, 10-11 ступень комплекса, 12-13 ступень комплекса) отдельно среди мужчин и женщин, награждаются медалями и грамотами комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов» с символикой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Команды, занявшие 1-3 места в общекомандном зачете Фестиваля, награждаются кубком, медалями и грамотами комитета по физической культуре и спорту администрации муниципального образования «Город Саратов».

Команды, занявшие 1-3 места в легкоатлетической эстафете награждаются кубком и грамотой.

X. 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.

XI. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки для участия в Фестивале подаются до 17:00 11 марта 2025 г. в электронном виде по e-mail: gto_saratov@mail.ru тел.: 8(8452) 79-21-64.

Контактное лицо по всем организационным вопросам – **Борисова Екатерина Федоровна**, тел. **79-21-64** (с **9.00** до **18.00** понедельник-пятница).

Заявка должна быть заверена руководством командирующей стороны: руководителем предприятия (организации, учреждения) или органа местного самоуправления.

Заявки (оригинал) подаются в главную судейскую коллегию (мандатную комиссию/ комиссию по допуску) 14 марта 2025 года с представлением следующих документов:

□ оригинал заявки, заверенный руководителем либо иным уполномоченным лицом командирующей стороны (приложение №1);

□ паспорт или документ, удостоверяющий личность каждого участника;

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

□ 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 № 1144н (при отсутствии медицинского допуска в общекомандной заявке);

□ документ, подтверждающий устройство на работу в данном фитнес клубе.

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ
фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди фитнес-клубов города Саратова
14 марта 2025 года

от _____

(наименование предприятия (учреждения, организации), органа власти
 муниципального образования)

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

Руководитель организации (должность):

_____ / _____
 _____ /

ФИО, подпись

« ____ » _____ 2025 г.

М.П.

Допущено к участию _____ человек

Врач _____ / _____ /

« ____ » _____ 2025 г.

М.П.

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 – фестиваль ВФСК ГТО среди фитнес-клубов города Саратова.

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 фестиваля ВФСК ГТО среди фитнес-клубов города Саратова.

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.