

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАУ РБ

«Дирекция спортивных сооружений»



Г.И. Покровский

2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Министр спорта и молодежной политики

Республики Бурятия



И.В. Козырев

2025 г.



Положение
Отборочный этап Кубка Дальнего Востока «Игры ГТО 2025»
(региональный этап)

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Региональный этап «Игры ГТО 2025» (далее – Мероприятие) проводится в рамках реализации федерального проекта «Спорт-норма жизни» в соответствии с планом проведения мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее-комплекс ГТО), утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1165-р, в целях 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 культуры и спортом.

Задачами Мероприятия являются:

- пропаганда комплекса ГТО как одного из инструментов вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- отбор спортсменов для участия в финальном этапе Межрегионального фестиваля «Игры ГТО 2025».

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Мероприятие проводится 27-28 мая в г. Улан-Удэ, на стадионе «Забайкалец», расположенном по адресу: ул. Краснодарская 12.

III. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

Спортивная программа регионального отборочного этапа Мероприятия определяется Регламентом.

Спортивная программа финального этапа Мероприятия состоит из Гонки ГТО в командном зачете для команд регионов ДФО в категории «Школьники 14-17 лет» и для команд регионов ДФО в категории «18 лет и старше».

1. Спортивная программа региональных отборочных этапов Мероприятия для категории «Школьники 14-17 лет».

Личные соревнования Гонка ГТО.

Результаты Гонки ГТО по времени ее прохождения с учетом штрафов составляют итоговый личный зачет.

Часть 1.

1. «Челночный бег»

Участнику необходимо пройти дистанцию 10х10 м челночным бегом.

2. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние **не меньше 200 см для юношей и 180 см для девушек.**

Общее число повторений – 5 раз (юноши, девушки).

После последнего прыжка участник перебегает на следующий пункт дистанции Гонки ГТО и приступает к преодолению второго испытания.

3. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»

Необходимо выполнить **10 повторений (юноши, девушки).**

Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания третьего пункта дистанции.

4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине – **15 повторений (юноши и девушки).**

Выполнив нужное количество повторений, участник возвращается к первому снаряду и выполняет следующий круг.

После завершения отведенного времени на выполнение второй части Гонки, участник возвращается на стартовую линию. Участнику дается 1 минута отдыха.

Часть 2.

Участнику необходимо выполнить 3 испытания за максимально короткое время, но не более 5 минут.

5. «Толчок гири 12 кг» для юношей, «Толчок гири 8 кг» для девушек

Участнику необходимо выполнить толчок гири 12 кг для юношей и толчок гири 8 кг для девушек - **30 повторений.**

Выполнив необходимое количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания следующего пункта дистанции.

6. «Приседание с гирей на груди 12 кг» (юноши), «Приседание с гирей на груди 8 кг» (девушки).

Участнику необходимо выполнить 20 повторений приседаний с гирей на груди, участник должен удерживать снаряд в области груди двумя руками.

7. «Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) и жим сидя двух гантелей (по 6 кг) с плеч (девушки)»

Участник выполняет подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) **10 повторений** и жим сидя двух гантелей (по 6 кг) с плеч (девушки) -

15 повторений повторений.

Выполнив нужное количество повторений, участник пересекает линию финиша, таким образом, заканчивая Гонку ГТО.

2. Спортивная программа региональных отборочных этапов Мероприятия для категории «18 лет и старше».

Личные соревнования Гонка ГТО.

Результаты Гонки ГТО по времени ее прохождения с учетом штрафов составляют итоговый личный зачет.

Часть 1.

1. «Челночный бег»

Участнику необходимо пройти дистанцию 10х10 м челночным бегом.

2. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние **не меньше 200 см для мужчин и 180 см для женщин.**

Общее число повторений – 5 раз (мужчины, женщины).

После последнего прыжка участник перебегает на следующий пункт дистанции Гонки ГТО и приступает к преодолению второго испытания.

3. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»

Необходимо выполнить **10 повторений (мужчины, женщины).**

Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания третьего пункта дистанции.

4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине – **15 повторений (мужчины, женщины).**

Выполнив нужное количество повторений, участник возвращается к первому снаряду и выполняет следующий круг.

После завершения отведенного времени на выполнение второй части Гонки, участник возвращается на стартовую линию. Участнику дается 1 минута отдыха.

Часть 2.

Участнику необходимо выполнить 3 испытания за максимально короткое время, но не более 5 минут.

5. «Толчок гири 16 кг» для мужчин, «Толчок гири 12 кг» для женщин

Участнику необходимо выполнить **толчок гири 16 кг для мужчин и толчок гири 12 кг для женщин - 30 повторений.**

Выполнив необходимое количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания следующего пункта дистанции.

6. «Приседание с гирей на груди 16 кг» (мужчины), «Приседание с гирей на груди 12 кг» (женщины).

Участнику необходимо выполнить 20 повторений приседаний с гирей на груди, участник должен удерживать снаряд в области груди двумя руками.

7. «Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) и жим сидя двух гантелей (по 8 кг) с плеч (девушки)»

Участник выполняет подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) 10 повторений и жим сидя двух гантелей (по 8 кг) с плеч (девушки) - 15 повторений.

Выполнив нужное количество повторений, участник линию финиша, таким образом, заканчивая Гонку ГТО.

IV. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Полномочия Министерства спорта и молодежной политики Республики Бурятия по руководству и за проведением соревнований осуществляет отдел ГТО ГАУ РБ «Дирекция спортивных сооружений».

Непосредственную подготовку и проведение соревнований осуществляет организационный комитет и главная судейская коллегия.

Главный судья соревнований – Бальжинимаев Эрдэм Владимирович

Главный судья - секретарь соревнований – Евсеева Ульяна Александровна

V. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯМ ИХ ДОПУСКА

Мероприятие проводится среди граждан Российской Федерации систематически занимающихся физической культурой и спортом и направивших свои заявки в установленные сроки в соответствии с требованиями настоящего Положения и Регламента проведения отборочного и финального этапов Кубка Дальнего Востока «Игры ГТО 2025».

Отборочный этап проводится в личном зачете в следующих категориях:

- школьники 14-17 лет;
- мужчины и женщины от 18 лет и старше.

Финальный этап проводится в личном зачете в следующих категориях:

- школьники 14-17 лет;
- мужчины и женщины от 18 лет и старше.

Наличие у участников и сопровождающих их лиц медицинских документов (справки) о состоянии здоровья, в том числе содержащих сведения об отсутствии в течение 21 календарного дня контактов с больными инфекционными заболеваниями, о профилактических прививках в

соответствии с Национальным календарем профилактических прививок, в том числе против кори 2-хкратно. Указанные сведения вносятся в справку не ранее чем за 3 рабочих дня до прибытия на территорию Республики Бурятия.

Порядок, условия и особенности проведения этапов Мероприятия уточняются Регламентом, утвержденным Министерством физической культуры и спорта Приморского края при участии Федерации.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Подведение итогов региональных отборочных этапов среди участников в категории «Школьники 14-17 лет» и «18 лет и старше».

Победители и призеры определяются по результатам прохождения Гонки ГТО по максимальному количеству очков, что соответствует наименьшему затраченному времени с учетом штрафного времени.

При одинаковых показателях очков у двух и более участников, преимущество получает участник, показавший наилучший результат в 3 части Гонки ГТО.

При одинаковых показателях очков и штрафов у двух и более участников, преимущество получает участник, показавший наилучший результат в 3 части Гонки ГТО.

Соотношение полученных результатов и очков осуществляется по 100-очковой системе оценки выполнения испытаний.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1, 2 и 3 места в личном зачете по итогам прохождения отборочного регионального этапа Гонки ГТО среди школьников 14-17 лет и среди участников 18 лет и старше, награждаются дипломами.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы на проведение мероприятия (аренда спортивных сооружений, награждение, оплата судьям и медицинское обеспечение) осуществляются за счет средств субсидий на государственное задание ГАУ РБ «ДСС», в соответствии с планом проведения мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее-комплекс ГТО), утверждённым распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1165-р.

Все расходы, связанные с участием в соревнованиях (оплата проезда, проживание, страхование, медицинский допуск) несут командирующие организации или сами участники.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Спортивные соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта, в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353, а также требованиям Правил вида спорта.

Обеспечение общественного порядка и общественной безопасности при проведении соревнований осуществляется в соответствии с инструкцией и планом мероприятий.

Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии договора (оригинал) о страховании жизни и здоровья, который предоставляется в комиссию по допуску участников. Страхование участников может осуществляться за счет бюджетных и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.

Соревнования не проводятся без медицинского обеспечения. Медицинское обеспечение осуществляется на основании приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. N 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 физкультурных и спортивных мероприятиях».

Перевозка участников осуществляется транспортным средством в соответствии с Правилами организованной перевозки группы детей автобусами, утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 23.09.2020 №1527, Правилами дорожного движения.

При организации и проведении соревнований обязательным является соблюдение организаторами положений Регламента по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утверждённого Министерством спорта Российской Федерации и Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 31.07.2020.

Х. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Страхование участников соревнований производится за счет средств бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Участие в региональном этапе Мероприятия осуществляется только при наличии договора (оригинала) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника в день приезда на соревнования.

XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Все участники Мероприятия должны быть зарегистрированы на Всероссийском интернет-портале ВФСК ГТО (по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» www.gto.ru), иметь уникальный идентификационный номер участника (УИН).

Заявки на участие в региональном отборочном этапе Мероприятия подаются в день участия главному судье секретарю соревнований.

В день проведения Мероприятия участник представляет в комиссию по допуску участников:

- паспорт или документ, удостоверяющий личность участника;
- медицинское заключение о допуске к участию в физкультурных мероприятиях и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, выданное лечебным учреждением на основании приказа Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н;
- полис (оригинал) страхования жизни и здоровья участника от несчастных случаев на период проведения Мероприятия;
- копию полиса обязательного медицинского страхования участника.

Комиссия по допуску участников проверяет представленные документы и принимает решение по допуску участников.

XII. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Контактные данные:

Бальжинимаев Эрдэм Владимирович – главный судья соревнований,
+7(9834) 25-09-33

Евсеева Ульяна Александровна – главный судья-секретарь соревнований,
+ 7(3012) 21-13-97

Приложение № 1

ЗАЯВКА

на участие в Региональном этапе «игры ГТО 2024»

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (дд.мм.гг.)	УИН участника	Документ, удостоверяющий личность (серия, номер, кем и когда выдан, код подразделения)	Номер телефона, e- mail	Виза врача*
1.						допущен, <i>подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований</i>
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.	Фино представителя	Не заполняется	Не заполняется			