



АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
«УЛЁТОВСКИЙ РАЙОН»  
ЗАБАЙКАЛЬСКОГО КРАЯ  
РАСПОРЯЖЕНИЕ

«29» апреля 2022 года

№ 172/н

с. Улёты

**О проведении весеннего фестиваля ВФСК ГТО в муниципальном районе «Улётовский район»**

В соответствии с планом мероприятий отдела образования и социальной политики муниципального района «Улётовский район» Забайкальского края, в целях популяризации физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в муниципальном районе «Улётовский район» Забайкальского края:

1. Провести 21-22 мая 2022 года весенний фестиваль ВФСК ГТО в муниципальном районе «Улётовский район»;

2. Утвердить:

- Положение о проведении весеннего фестиваля ВФСК ГТО в муниципальном районе «Улётовский район» (приложение 1);

- состав организационного комитета по подготовке и проведению весеннего фестиваля ВФСК ГТО в муниципальном районе «Улётовский район» (приложение 2).

3. Отделу образования и социальной политики администрации муниципального района «Улётовский район» организовать проведение фестиваля ВФСК ГТО в муниципальном районе «Улётовский район»

4. Настоящее распоряжение официально опубликовать (обнародовать) на официальном сайте муниципального района «Улётовский район» в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» в разделе «Документы» - «Правовые акты администрации» - [//https://uletov.75.ru/](https://uletov.75.ru/).

5. Контроль за выполнением распоряжения возложить на заместителя главы муниципального района «Улётовский район» /С.В.Саранина/.

И.о главы муниципального района  
«Улётовский район»



С.В. Саранина

Приложение 1  
к распоряжению администрации  
муниципального района  
«Улётовский район»  
от «29» апреля 2022 года № 140/н

**Положение**  
о проведении весеннего фестиваля ВФСК ГТО  
в Улётовском районе

**1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.**

Соревнования проводятся с целью:

- дальнейшей популяризации Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- пропаганды здорового образа жизни;
- привлечения учащихся к систематическим занятиям спортом и самостоятельным занятиям физической культурой;
- выявление сильнейших спортсменов района для участия в краевых соревнованиях Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

**2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Соревнования проводятся: 21-22 мая 2022 г. с. Улёты, ул. Спортивная 2, на базе Улётовской ДЮСШ, по следующим ступеням I – XI

Регистрация участников с 10:00-10:30

Заседания судейской коллегии в 10:00 ч. в спортивном зале ДЮСШ.

Начало соревнований 11:00 ч.

**3. УЧАСТНИКИ И ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.**

К соревнованиям допускаются участники 1-11 ступеней Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», имеющие допуск врача.

Каждый участник должен быть зарегистрирован на официальном сайте ГТО и иметь УИН-номер.

### Программа фестиваля:

№/п	Ступень ГТО	Испытания (тесты)
1	I ступень (6-8лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Челночный бег 3x10 м или бег 30 м</li> <li>2. Смешанное передвижение на 1000 м</li> <li>3. Юноши: подтягивание из виса на высокой перекладине               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> </ul> </li> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Прыжок в длину с места</li> <li>6. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м</li> <li>7. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>8. смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км</li> </ol>
2	II ступень (9-10 лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег 30 м или бег 60 м</li> <li>2. Бег на 1000 м</li> <li>3. Юноши: подтягивание из виса на высокой перекладине               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> </ul> </li> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Челночный бег 3x10 м.</li> <li>6. Прыжок в длину с места или прыжок в длину с разбега</li> <li>7. Метание мяча весом 150 г.</li> <li>8. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>9. Кросс на 2 км ( бег по пересеченной местности)</li> </ol>
3	III ступень (11-12лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег 30 м или бег 60 м</li> <li>2. Бег на 1500 м или бег на 2000 м</li> <li>3. Юноши: подтягивание из виса на высокой перекладине               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> <li>- Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</li> </ul> </li> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Челночный бег 3x10 (сек)</li> <li>6. Прыжок в длину с места или прыжок в длину с разбега</li> <li>7. Метание мяча весом 150 г.</li> <li>8. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>9. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности)</li> <li>10. Стрельба из «электронного оружия».</li> </ol>
4	IV ступень (13-15 лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег 30 м или бег 60 м</li> <li>2. Бег на 2000 м или бег 3000 м</li> <li>3. Юноши: подтягивание из виса на высокой перекладине               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> <li>- Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</li> </ul> </li> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Челночный бег 3x10 (сек)</li> <li>6. Прыжок в длину с места или прыжок в длину с разбега</li> <li>7. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>8. Метание мяча весом 150 г.</li> <li>9. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности)</li> <li>10. Стрельба из «электронного оружия».</li> </ol>
5	V ступень	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег 30 м или бег 60 м или бег на 100 м</li> <li>2. Бег на 2000 м или бег на 3000 м</li> <li>3. Юноши: подтягивание из виса на высокой перекладине</li> </ol>

	( 16-17 лет)	<p>Девушки: подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Рывок гири 16 кг</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Челночный бег 3x10 (сек)</li> <li>6. Прыжок в длину с места или прыжок в длину с разбега</li> <li>7. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>8. Метание спортивного снаряда весом 700 г. (юноши) – 500 г.</li> <li>9. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности) или кросс на 5 км ( бег по пересеченной местности)</li> <li>10. Стрельба из «электронного оружия».</li> </ol>
6	VI ступень (18 - 29 лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег 30 м или бег 60 м или бег на 100 м</li> <li>2. Бег на 3000 м( мужчины) 2000 м (женщины)</li> <li>3. Мужчины: подтягивание из виса на высокой перекладине <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мужчины: рывок гири 16 кг</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> </ul> </li> </ol> <p>Девушки: подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Челночный бег 3x10 (сек)</li> <li>6. Прыжок в длину с места прыжок в длину с разбега</li> <li>7. Метание спортивного снаряда весом 700 г.( мужчины) 500 г.(женщины)</li> <li>8. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>9. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности) женщины, кросс на 5 км ( бег по пересеченной местности) мужчины</li> <li>10. Стрельба из «электронного оружия».</li> </ol>
7	VII ( 30 до 39 лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег 30 м или бег 60 м или бег</li> <li>2. Бег на 3000 м( мужчины) 2000 м (женщины)</li> <li>3. Мужчины: подтягивание из виса на высокой перекладине <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мужчины: рывок гири 16 кг</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> </ul> </li> </ol> <p>Девушки: подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье</li> <li>5. Челночный бег 3x10 (сек)</li> <li>6. Прыжок в длину с места прыжок в длину с разбега</li> <li>7. Метание спортивного снаряда весом 700 г.( мужчины) 500 г.(женщины)</li> <li>8. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>9. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности) женщины, кросс на 5 км ( бег по пересеченной местности) мужчины</li> <li>10. Стрельба из «электронного оружия».</li> </ol>
8	VIII (40-49 лет)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег на 2000 м</li> <li>2. Мужчины: подтягивание из виса на высокой перекладине <ul style="list-style-type: none"> <li>Мужчины: - рывок гири 16 кг</li> <li>- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу</li> </ul> </li> <li>3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье</li> <li>4. Бег 30 м или бег 60 м</li> <li>5. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин.</li> <li>6. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности) мужчины, кросс на 2</li> </ol>

		км ( бег по пересеченной местности) женщины 7. Стрельба из «электронного оружия».
9	IX (50 до 59 лет)	1. Бег на 2000 м 2. Мужчины:подтягивание из виса на высокой перекладине Мужчины: - рывок гири 16 кг - Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин. 5. Кросс на 3 км ( бег по пересеченной местности)мужчины, кросс на 2 км ( бег по пересеченной местности) женщины 6. Стрельба из «электронного оружия».
10	X ( 60 до 69 лет)	1. Смешанное передвижение на 2000 м 2. Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин 5. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мужчины) , 2 км женщины
11	XI	1. Смешанное передвижение на 2000 м 2. Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине за 1 мин 5. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мужчины) ,2 км женщины

### 5. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Итоги соревнований подводятся в личном зачете в каждой ступени отдельно среди юношей и девушек.

В личный зачёт берётся сумма результатов участника по таблице ВФСК ГТО.

### 6. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры - участники фестиваля в личном зачете награждаются медалями и грамотами соответствующими занятым местам.

### 7. РАСХОДЫ

Расходы, связанные с проведением соревнований несет отдел образования администрации муниципального района «Улётовский район» и МУ ДО Улётовская ДЮСШ (награждение).

### 8. ЗАЯВКИ

Заявки ( количество участников по ступеням с указанием ФИО, УИН номера участников) подавать в электронном виде на электронную почту [duschsport@mail.ru](mailto:duschsport@mail.ru) с допуском врача не позднее 16 мая 2022 г.

Приложение  
к Положению о проведении весеннего  
фестиваля ВФСК ГТО в Улётовском районе

**СОГЛАСИЕ**  
на обработку персональных данных Центром тестирования ВФСК ГТО в Улётовском  
районе в рамках проведения весеннего фестиваля Всероссийского физкультурно-  
спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в муниципальном районе  
«Улётовский район»

Я, \_\_\_\_\_ паспорт \_\_\_\_\_,  
(ФИО) (серия номер)

Выдан \_\_\_\_\_, зарегистрированный по адресу: \_\_\_\_\_,  
(кв.) (когда)

\_\_\_\_\_ даю согласие на использование моих  
персональных данных в целях:

- на обработку в Центре тестирования моих персональных данных в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- предоставления информации в государственные органы Российской Федерации в порядке, предусмотренным действующим законодательством.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам), обезличивание, блокирование, трансграничную передачу персональных данных, а также осуществление любых иных действий с моими персональными данными, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по своей воле.

"\_\_" "\_\_" 20\_\_ года

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
подпись / расшифровка

Приложение 2  
к распоряжению администрации  
муниципального района  
«Улётовский район»  
от «19» апреля 2022 года № 172/н

**СОСТАВ ОРГАНИЗАЦИОННОГО КОМИТЕТА  
по подготовке и проведению весеннего фестиваля ВФСК ГТО в  
муниципальном районе «Улётовский район»**

Саранина Светлана Викторовна	Заместитель главы муниципального района «Улётовский район»
Жапова Татьяна Николаевна	Начальник отдела образования и социальной политики администрации муниципального района «Улётовский район»
Замальдинов Алексей Александрович	директор МУ ДО Улётовская ДЮСШ.