

**Спортивное мероприятие по выполнению нормативов
Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

Мероприятие проводится 31.05.2025 с 10.00 до 14.00 на стадионе «Фламинго» МАУ «НЦВСМ» (ул. Зорге, 82/2).

К участию в Мероприятии допускаются воспитанники детских садов, дополнительного образования, школьники, студенты, трудовые коллективы организаций, предприятий, ветераны Кировского района города Новосибирска.

Основанием для допуска участника к Мероприятию по медицинским заключениям является заявка с отметкой «Допущен» (приложение) напротив каждой фамилии участника, с подписью врача и заверенной личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача в конце заявки, заверенной печатью допустившей спортсмена медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности.

Участникам Мероприятия рекомендуется при себе иметь полис (оригинал) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, а также удобную спортивную форму и принадлежности для бассейна (в случае сдачи нормативов по плаванию).

Участники допускаются в следующих возрастных группах:

- 1 ступень 6 - 7 лет
- 2 ступень 8 - 9 лет
- 3 ступень 10 - 11 лет
- 4 ступень 12 - 13 лет
- 5 ступень 14 - 15 лет
- 6 ступень 16 - 17 лет
- 7 ступень 18 - 19 лет
- 8 ступень 20 - 24 года
- 9 ступень 25 - 29 лет
- 10 ступень 30 - 34 года
- 11 ступень 35 - 39 лет
- 12 ступень 40 - 44 года
- 13 ступень 45 - 49 лет
- 14 ступень 50 - 54 года
- 15 ступень 55 - 59 лет
- 16 ступень 60 - 64 года
- 17 ступень 65 - 69 лет
- 18 ступень 70 лет и старше

К участию не допускаются:

- не прошедшие регистрацию на официальном Интернет-портале комплекса ГТО (www.gto.ru).

ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

10.00 - регистрация участников, получение номеров;

11.00 - открытие мероприятия;

11.30 - выполнение нормативов;

14.00 - окончание мероприятия;

Мероприятие проводится в соответствии с методическими рекомендациями по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий ВФСК ГТО, утвержденными приказами Минспорта России № 814 от 21.09.2018 г.

1	Регистрация
2	Силовая гимнастика - подтягивание на высокой перекладине - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью - сгибание и разгибание рук в упоре о спинку стула
3	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
6	Бег: - 30 м. - 60 м. - 1000 м. - 1500 м. - 2000 м. - 3000 м.
7	Плавание 50 м.

*испытания (тесты) комплекса ВФСК ГТО выполняются согласно возрастной ступени.

Приложение

ЗАЯВКА

на участие в спортивном мероприятии по выполнению Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

от _____
(наименование организации)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения (д.м.г.)	УИН номер в АИС ГТО	Количество полных лет	Виза врача
1.					допущен. подпись врача. дата. печать напротив каждого участника соревнований
2.					
3.					
4.					

Допущено _____ человек
(прописью)

Врач _____ / _____
(ФИО) (подпись)

ДАТА
(М.П. медицинского учреждения)

Даю свое согласие на обработку, использование и хранение персональных данных участников спортивной делегации, согласно Федеральному закону №152-ФЗ от 27.07.2006 «О персональных данных», необходимых для организации и проведения вышеуказанных Соревнований.

Ф.И.О. исполнителя (полностью)

Контактный телефон. E-mail: _____