

УТВЕРЖДАЮ

**И.о. начальника Управления
культуры, молодежной политики,
туризма и спорта**



Н.В. Гайденрайх
_____ 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

**Начальник Управления
образованием города Байконур**



Е.Г. Ким
_____ 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

**Начальник государственного
бюджетного учреждения
спортивно-оздоровительный
комплекс «Байконур»**



Д.А. Тоймбетов
_____ 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**Фестиваль всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» среди школьников V-VI ступени города
Байконур**

**г. Байконур
2026**

1. Общие положения

Фестиваль всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди школьников V-VI ступени города Байконур (далее – Соревнование) проводится в соответствии с Единым календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Байконур на 2026 год, утвержденным постановлением Главы администрации города Байконур от 11.12.2025 № 469 (далее – ЕКП).

2. Цели и задачи

Основными целями и задачами Соревнования являются:

- популяризация комплекса ГТО среди обучающихся образовательных организаций;
- пропаганда здорового образа жизни;
- повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом.

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 г. № 117.

3. Место и время проведения

Фестиваль проводится **24-25 января 2026 г.** на объекте спорта: спортивный комплекс «Маяк», Стадион «Десятилетие» расположенном по адресу: г. Байконур, ул. Генерал-полковника Максимова А.А.

Тестирование: 24 января 2026 г. 10:00 ч. на стадионе «Десятилетие».

Эстафета: 25 января 2026 г. 11:00 ч. в СК «Маяк».

Совещание представителей команд состоится **16.01.2026 г. в 17:00 ч.** в актовом зале стадиона «Десятилетие».

В день Соревнования участник при себе должен иметь документ, удостоверяющий личность (паспорт или удостоверение личности).

4. Руководство проведения Соревнования

Общее руководство проведением Соревнования осуществляет Управление культуры, молодежной политики, туризма и спорта (далее – УКМПТиС) в лице отдела физической культуры и спорта УКМПТиС.

Непосредственное руководство над организацией и проведением Соревнования возлагается на ГБУ СОК «Байконур» и на судейскую коллегию.

5. Требования к участникам и условия допуска

Участниками **эстафеты** являются обучающиеся общеобразовательных организаций, относящиеся к V (14-15 лет) – VI (16-17 лет) ступени комплекса ГТО, имеющие допуск врача.

Команда состоит из 6 человек (3 юноши и 3 девушки). Заявка согласно установленному образцу (Приложение №1).

Участниками **тестирования** являются обучающиеся общеобразовательных организаций, относящиеся к V (14-15 лет) – VI (16-17 лет) ступени комплекса ГТО, имеющие допуск врача. Заявка согласно установленному образцу (Приложение 2)

6. Программа Соревнования

Тестирование.

Соревнование проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО, утвержденными приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 г. № 117.

№	Вид испытания (тест)	юноша	девушка
1.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	-	+
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	+	-
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	+	+
4.	Прыжок с места толчком двумя ногами	+	+
5.	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество раз 1 мин.)	+	-
6.	Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамье (см)	+	+

Порядок проведения тестирования:

Первый день:

1. Подтягивание на высокой перекладине /сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.
2. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см.
3. Наклон стоя.
4. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество раз 1 мин.)
5. Прыжок с места толчком двумя ногами.

Эстафета

I этап – челночный бег 3х10 м. – (девушка)

Участница, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш» участница должна пробежать 10 м., коснуться площадки за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом, пробежать, таким образом, еще два отрезка по 10 м. После этого передается эстафета участнику следующего этапа. В случае отсутствия касания за линией частью тела, участница пробегает два дополнительных отрезка.

II этап – прыжок в длину с места толчком двумя ногами (норматив 170 см.) – (юноша)

Участник принимает ИП для прыжка в длину с места. После передачи эстафеты выполняется прыжок. Перепрыгнув отметку 170 см., участник передает эстафету следующему участнику. Если участник не преодолел с первой попытки зачетную отметку, ему предоставляется еще одна попытка. В случае невыполнения двух попыток, команде прибавляются штрафные 30 сек. к общему времени.

III этап – поднимание туловища из положения лежа на спине (норматив – 25 раз за 1 минуту) – (девушка)

Поднимание туловища из положения лежа выполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни стоят на полу. В случае невыполнения норматива в установленное время, участница ждет истечения 1 минуты, после передает эстафету.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);

- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза);
- изменение прямого угла согнутых ног.

IV этап – сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (норматив – 20 раз 1 минуту) – (юноша)

Участник, получив эстафету, принимает ИП. ИП для выполнения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью контактной платформы, затем, разгибая руки, вернуться в ИП и продолжить выполнение упражнения. После выполнения испытания эстафета передается участнице V этапа. В случае невыполнения норматива, участник ждет истечения 1 минуты и после этого передает эстафету.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению;
- нарушение техники выполнения испытания;
- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- отсутствие фиксации на 0.5 сек. исходного положения;
- превышение допустимого угла разведения локтей;
- одновременное разгибание рук.

V этап челночный бег с мячами – (юноша и девушка).

На линии старта 5 этапа стоят два участника (юноша и девушка), после передачи эстафеты участником 4 этапа – юноша и девушка (по договоренности команды) бежит к корзине с теннисными мячами, которая находится на линии финиша, после чего берет из корзины по одному мячу и раскладывает их на конусы в очередности: 1 мяч = 1 конус. После выкладки 6 мячей на 6 конусах участник передает эстафету своему второму сокоманднику 5 этапа. Второй оставшийся участник, получив эстафету, берет по одному теннисному мячу на конусах и кладет их в корзину на финише. После того, как последний (6) мяч окажется в корзине – время на секундомере останавливается, и эстафета считается завершенной.

7. Заявки на участие

Заявки на участие в Соревновании необходимо предоставить до **24 января 2026 года** в Центр тестирования ГТО по адресу ул. имени генерал-полковника Максимова А.А., д.4, стадион «Десятилетие».

Для получения справочной информации: тел. 7-60-71 (внутренний 116).
mail: bob964527@gmail.com, сотовый телефон +77773404038,
(Асанов Самат Бекболатович).

8. Награждение победителей и призеров

Команды, занявшие в эстафете 1, 2, 3 места - награждаются кубками, медалями и грамотами УКМПТиС. Участники тестирования, занявшие 1,2,3 места - награждаются медалями и грамотами.

9. Условия финансирования

Расходы по оплате работы спортивных судей и специалистов, обеспечивающих проведение соревнований, несет ГБУ СОК «Байконур».

10. Обеспечение безопасности участников и зрителей.

Соревнование проводится в ГБУ СОК «Байконур», согласно требованиям по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также при наличии актов готовности ГБУ СОК «Байконур» к проведению мероприятий, а также исполнение федеральных законов:

- Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных мероприятий»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 16.12.2013 № 1156 «Об утверждении Правил поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований»;
- Приказ Минспорта России от 26.11.2014 №948 «Об утверждении Типовой инструкции по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности на объекте спорта при проведении официальных спортивных соревнований»;

Во время проведения Соревнования организаторы обеспечивают присутствие медицинского работника, а также беспрепятственный въезд машины скорой помощи на территорию ГБУ СОК «Байконур». Первая медицинская помощь оказывается врачом Соревнования.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. №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 (или выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО))» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» (с изменениями и дополнениями).

Данное Положение является официальным вызовом на Соревнование.

ЗАЯВКА

на участие команды название школы в Фестивале всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди школьников V-VI ступени города Байконур.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Номер этапа	Виза врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
ЗП				
ЗП				

Врач: допущено _ человек подпись (Расшифровка)

Представитель команды подпись (Расшифровка)

Руководитель организации подпись (Расшифровка)

место для печати

ЗАЯВКА

на участие в Фестивале всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди школьников V-VI ступени города Байконур.

№	Наименование	Информация
1.	Фамилия, Имя, Отчество	
2.	Пол	
3.	УИН	
4.	Дата рождения	
5.	Перечень испытаний	<u>1.</u> <u>2.</u> <u>3.</u> <u>4.</u> <u>5.</u> <u>6.</u>

Врач _____ (_____)

М.П.