

«Согласовано»

Начальник Отдела физической культуры,
спорта и работы с молодежью

г.о. Бронницы

Седов М.А.

« 14 » апреля 2023г.



«Утверждаю»

Директор МУ ФК и С «Спортивный клуб
Бронницы»

Власенко О.В.

« 12 » апреля 2023г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса
Готов к труду и обороне» (ГТО), посвященного
«Празднику труда в Московской области»
21 апреля 2023г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- популяризация здорового образа жизни и готовности к выполнению норм комплекса ГТО среди населения;
- оценка уровня общей физической подготовленности;
- популяризация комплекса ГТО среди населения г.о. Бронницы.

2. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ ФЕСТИВАЛЯ:

Прием нормативов комплекса ГТО проводится под общим руководством Отдела физической культуры, спорта и работы с молодежью городского округа Бронницы. Непосредственное проведение Фестиваля ГТО возлагается на Центр тестирования ВФСК «ГТО».

3. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ:

Прием нормативов комплекса ГТО проводятся в 2 этапа:

1 этап – Выполнение обязательных видов тестирования + метание;

2 этап – Выполнение видов тестирования по выбору

(Сроки проведения 2 этапа будут уточнены дополнительно).

1 этап 21 апреля 2023г.

Время проведения тестирования с 14:00 до 18:00. Стадион «Центральный».

Дата	Время/Степень
21 апреля 2023г.	14.00-17.00-V-VII степень
	17.00-18.00-VIII-XVIII степень

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА:

К Фестивалю допускаются жители г.о. Бронницы от 14 до 70 лет и старше, прошедших регистрацию на сайте www.gto.ru, а так же имеющие допуск от врача.

5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ:

V Ступень (от 14 до 15 лет включительно)

Юноши	Девушки
Бег на 30 м или на 60 м	Бег на 30 м или на 60 м
Бег на 2000 м	Бег на 2000 м
Подтягивание из виса на высокой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье
Метание мяча весом 150г	Метание мяча весом 150г

VI Ступень (от 16 до 17 лет включительно)

Юноши	Девушки
Бег на 60 м или на 100 м	Бег на 60 м или на 100 м
Бег на 3000 м	Бег на 2000 м
Подтягивание из виса на высокой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье
Метание спортивного снаряда весом 700г	Метание спортивного снаряда весом 500г

VII Ступень (от 18 до 19 лет включительно)

Юноши	Девушки
Бег на 60 м или на 100 м	Бег на 60 м или на 100 м
Бег на 3000 м	Бег на 2000 м
Подтягивание из виса на высокой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье
Метание спортивного снаряда весом 700г	Метание спортивного снаряда весом 500г

VIII-XVIII СТУПЕНИ, СОГЛАСНО УТВЕРЖДЁННЫМ НОРМАТИВАМ.

6. ФИНАНСИРОВАНИЕ:

Расходы, связанные с проведением тестирования норм ГТО, несёт МУ ФК и С «Спортивный клуб Бронницы».

**Данное Положение является приглашением на тестирование.
Количество принимаемых нормативов может быть скорректировано в зависимости
от погодных условий.**