



# ЛЕТНИЙ ФЕСТИВАЛЬ ВФСК ГТО СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОУ г.Октябрьский РБ

# 1 - 2 ИЮНЯ



## ГОРОДСКОЙ ЛЕТНИЙ ФЕСТИВАЛЬ ВФСК ГТО СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОУ ГОРОДА ОКТЯБРЬСКИЙ

1 и 2 июня на базе МЦТ ВФСК ГТО пройдет городской летний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся общеобразовательных учреждений городского округа город Октябрьский.

К участию в Фестивале допускаются обучающиеся образовательных учреждений в возрасте 12-15 лет.

К участию в Фестивале допускаются участники основной медицинской группы, зарегистрированные в электронной базе данных комплекса ГТО, при наличии допуска врача и согласия родителей (законных представителей).

Состав команды: 2 мальчика, 2 девочки – 12-13 лет (четвертая ступень комплекса ГТО); 2 юноши, 2 девушки – 14-15 лет (пятая ступень комплекса ГТО). Количество участников не ограничено.

Испытания (тесты) комплекса ГТО.

№ п/п	Наименование испытаний (тестов) комплекса ГТО
1.	Бег 60 м;
2.	Бег на 1 500 м (мин, с) (участники четвертой ступени), бег 2 000 м (мин, с) (участники пятой ступени);
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин.
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девочки) – в течение 3 мин., Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) – в течение 3 мин.
5.	Плавание 50 м
6.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м, из «электронного оружия»
7.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)
8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)

Соревнования проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готовктруду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России 29 мая 2023 г.

#### НАГРАЖДЕНИЕ

Участники Фестиваля, занявшие 1,2,3 место в **личном первенстве** отдельно среди юношей и среди девушек каждой возрастной ступени, награждаются дипломами и медалями.

**Команды** Фестиваля, занявшие 1, 2 и 3 места по итогам командного первенства, награждаются кубками и дипломом, а участники команд – медалями.

#### ПОДАЧА ЗАЯВОК ОТ ОУ НА УЧАСТИЕ

Для участия в Фестивале необходимо направить предварительную заявку по форме согласно приложению на электронную почту в адрес Муниципального центра тестирования (E-mail: [gtodush4sport@bk.ru](mailto:gtodush4sport@bk.ru)).

Срок представления заявки - до 25 мая 2024 года. Заявки, направленные после указанного срока, не рассматриваются.

Приходи и ТЫ-покажи свои возможности!!!

Всем огромное спасибо и до новых встреч!!!

Телефон для справок: 6-06-50 (центр ГТО).

График выполнения испытаний ВФСК ГТО публикуется на сайте: <https://vk.com/gtookt2019>.

[#Октябрьский](#)

[#ГТО](#)

[#спорт](#)

[#здоровье](#)

[#зож](#)

[#ЦСПМустафина](#)

[#РегиональныйоператорГТО](#)

[#Центрестирования](#)