


УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
МУДО СШ «Старт»

  
« 5 » февраля 2025г.

О.А. Новикова

СОГЛАСОВАНО:

Начальник  
управления образования и спорта

  
« 5 » февраля 2025г.

О.Я. Чеканова

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении тестирования**  
**по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу**  
**«Готов к труду и обороне» (ГТО)**  
**в Тутаевском муниципальном районе в 2025 году**

Тутаев 2025 г.

## **I. Общие положения**

Настоящее Положение о тестировании по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Тутаевском муниципальном районе в 2025 году (далее – Положение) разработано в соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 28.01.2016 № 54 «Об утверждении Порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и «Методическими рекомендациями по организации и выполнению тестирования нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», утвержденными Министерством спорта Российской Федерации от 29.05.2023г.

Целью проведения тестирования по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Тутаевском муниципальном районе в 2025 году (далее – Тестирование) является – повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности.

Задачи проведения Тестирования:

- повышение общего уровня знаний у населения Тутаевского муниципального района (далее – население ТМР) о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- формирование у населения ТМР осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- повышение уровня физической подготовленности у населения ТМР.

## **II. Время и место проведения**

График Тестирования с указанием времени и места публикуется не позднее 10 числа каждого месяца 2025г.:

- на официальном сайте МУДО СШ «Старт» - <https://start-tmr.edu.yar.ru/>
- на официальной странице «В Контакте» - <https://vk.com/public187406304>

Места проведения тестирования:

- МУДО СШ «Старт» (г. Тутаев, ул. П. Шитова, 25 и ул. Комсомольская, 78);
- МУДО ДЮСШ №4 (г. Тутаев, пр. 50-летия Победы, 36, стадион им. П.А. Земского);
- МУДО СШ №1 (г. Тутаев, ул. Комсомольская, 117).

## **III. Руководство подготовкой и проведением тестирования**



Общее руководство организацией Тестирования осуществляет управление образования и спорта Администрации Тутаевского муниципального района.

Непосредственное проведение Тестирования возлагается на Муниципальное учреждение дополнительного образования спортивную школу «Старт» Тутаевского муниципального района (далее – МУДО СШ «Старт»).

Главный судья – Туртанова Татьяна Константиновна.

#### IV. Участники тестирования

К испытаниям допускаются участники различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) согласно ступеням ВФСК ГТО, имеющие допуск врача, зарегистрированные на сайте ВФСК ГТО (<https://gto.ru>) и имеющие индивидуальный уин-номер (XX-XX-XXXX), синхронизированный с данными ФГИС «Единая система идентификации и аутентификации» (Госуслуги).

Условия допуска участника к Тестированию:

- наличие заявки на прохождение тестирования (*приложение №1*) или письменное согласие законного представителя несовершеннолетнего участника на прохождение тестирования (*приложение №2*);
- правильность заполнения персональных данных участника, указанных при регистрации на Интернет-портале комплекса ГТО;
- удостоверение тождественности участника с изображением на фотографии, загруженной при регистрации и внесенными им сведениями о себе;
- предъявление документа, удостоверяющего личность (для лиц, не достигших четырнадцати лет – свидетельства о рождении либо его копии);
- наличие и предъявление медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям, к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;

Участник не допускается к прохождению тестирования в следующих случаях:

- отсутствие заявки на прохождение тестирования;
- неправильно заполнены персональные данные участника при регистрации на портале;
- несоответствие личности участника лицу, изображенному на фотографии, загруженной при регистрации;
- отсутствие документа, удостоверяющего личность;
- отсутствие медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом, либо к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- отсутствие согласия законного представителя несовершеннолетнего участника на прохождение тестирования;
- ухудшение его физического состояния до начала тестирования;
- отсутствие спортивной формы;
- недисциплинированное, некорректное поведение или грубость в отношении других лиц (в том числе и судей);

- явная физическая и техническая неподготовленность к участию в тестировании (незнание правил и порядка выполнения упражнений).

Участник не может пользоваться помощью лиц, находящихся непосредственно на месте проведения испытаний (тестов) комплекса ГТО.

## V. Программа тестирования

Перечень испытаний (тестов) для оценки развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков:

- Челночный бег 3x10 м – определение развития координационных способностей.
- Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5, 6 м – определение развития координационных способностей.
- Бег 10, 30, 60, 100 м – определение развития скоростных возможностей.
- Прыжок в длину с места – определение развития скоростно-силовых возможностей.
- Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине, подтягивание из виса на высокой перекладине, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула – определение развития силы.
- Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье – определение развития гибкости.
- Метание мяча или спортивного снаряда на дальность – определение скоростно-силовых возможностей.
- Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – определение развития скоростно-силовых возможностей.
- Поднимание туловища из положения лёжа на спине – определение скоростно-силовых возможностей.
- Шестиминутный бег, бег 1 000, 1 500, 2 000, 3 000 м – определение развития выносливости.
- Смешанное передвижение 1000 м, 2000 м – определение развития выносливости.
- Скандинавская ходьба 3000 м – определение развития выносливости.
- Бег на лыжах, передвижение на лыжах – определение развития выносливости.
- Бег по пересечённой местности (кросс) – определение развития выносливости.
- Смешанное передвижение по пересеченной местности – определение развития выносливости.
- Плавание 12, 18, 25, 50 м – овладение прикладными навыками.
- Стрельба из «электронного оружия» из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку – овладение прикладными навыками.



Испытания выбираются участниками в соответствии с возрастными ступенями.

## **VI. Присвоение знаков отличия**

Результаты выполнения испытаний каждым участником фиксируются и вносятся в протокол в соответствии с утвержденными государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения.

Приказом Минспорта РФ от 28.01.2016 г. № 54 установлен отчетный период выполнения участниками нормативов испытаний (тестов) комплекса с 1 января по 31 декабря. При этом выгрузка из всероссийской электронной базы данных, относящихся к комплексу ГТО сведений о лицах, выполнивших нормативы испытаний (тестов) на золотой знак отличия, а также на серебряный или бронзовый, при условии подписания электронной формы заявления на выдачу знака отличия, в личном кабинете участника осуществляется автоматически 1 (первого) числа месяца, следующего за отчетным календарным кварталом.

Участник включается в приказы Минспорта РФ «о награждении золотыми знаками отличия комплекса ГТО» или Министерства спорта и молодежной политики ЯО «о награждении бронзовыми и серебряными знаками отличия комплекса ГТО» в соответствии с выполненными нормативами испытаний (тестов) комплекса ГТО. Знак отличия вручается вместе с удостоверением.

Повторное награждение знаком отличия того же достоинства в рамках одной возрастной ступени комплекса ГТО не осуществляется (при выполнении участником нормативов испытаний (тестов) в текущей возрастной ступени с результатами, соответствующими номиналу знака отличия ниже, ранее присвоенному в текущей возрастной ступени, знак меньшего достоинства не присваивается).

## **VII. Финансирование**

Финансовые расходы по проведению Тестирования осуществляются за счет средств МУДО СШ «Старт».

Расходы по участию в Тестировании (экипировка участников, проезд к месту и т.д.) осуществляются за счет финансовых средств участников.

## **VIII. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

Тестирование проводится на спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей, при наличии актов готовности спортивных сооружений к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с требованиями «Порядка 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 и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО», утвержденного приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 1144н.

### **IX. Страхование участников**

Участие в Тестировании осуществляется при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев при проведении спортивного/физкультурного мероприятия. Страхование производится за счет финансовых средств участников.

### **X. Заявки на участие**

Заявки на участие в Тестировании принимаются по адресу: 152300, г. Тутаев, ул. П. Шитова, д. 25 и по электронной почте: [cr-fks@mail.ru](mailto:cr-fks@mail.ru), телефон для справок 8 (45833) 7-00-39. Допускается прием личных и коллективных заявок (трудовые коллективы, классы, учебные группы).

Процедура Тестирования включает обязательную регистрацию участника на Интернет-портале комплекса ГТО [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и синхронизацию личных данных с ФГИС "Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций)" (Госуслуги).



**ЗАЯВЛЕНИЕ**  
на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Наименование	Информация
Фамилия, Имя, Отчество	
Пол	
Дата рождения	
Степень комплекса ГТО	
УИН-номер	
Место работы	
Телефон для связи	

Я,

\_\_\_\_\_ /  
(ФИО)

**настоящим даю согласие:**

- на прохождение мной тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- на обработку в *Центре тестирования по адресу: Ярославская область, г. Тутаев, ул. Комсомольская, д. 78* моих персональных данных в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Я даю согласие на использование моих персональных данных в целях:**

- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытания 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 в своих интересах.

Дата: \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

*расшифровка*

## ЗАЯВЛЕНИЕ

на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Наименование	Информация
Фамилия, Имя, Отчество	
Пол	
Дата рождения	
Степень комплекса ГТО	
УИН-номер	
Образовательная организация	

Я, \_\_\_\_\_,  
являюсь законным представителем несовершеннолетнего

\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_ года рождения, **настоящим даю согласие:**

- на прохождение тестирования по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) моим ребенком

\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
- на обработку в Центре тестирования по адресу: Ярославская область, г. Тутаев, ул. Комсомольская, д.78 моих и моего ребенка персональных данных в рамках организации тестирования по видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Я даю согласие на использование моих и моего ребенка персональных данных в целях:**

- корректного оформления документов, в рамках организации тестирования по видам испытания 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 и моего ребенка 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 и моего ребенка персональными данными, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по своей воле и в интересах своего ребенка.

Дата: \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
расшифровка