



**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник отдела по физической культуре, спорту и молодежной политике

Ж.Б. Евдокименко  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2026 г.



**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБУ ДО СШ Саянск

Я.Р. Мельниченко  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2026 г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении Зимнего фестиваля, Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

### **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Зимний фестиваль, Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Зимний фестиваль) проводится в целях популяризации ВФСК «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО), утверждённого распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1165-р.

Задачами Зимнего фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди всех категорий населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

### **II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Зимний фестиваль проводится с **1 февраля по 31 марта 2026 г.** на спортивных площадках в соответствии с Перечнем спортивных площадок и объектов тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта на территории городского округа муниципального образования «город Саянск», утвержденным Постановлением администрации городского округа муниципального образования «город Саянск» от 29 декабря 2015 г. № 110-37-1293-15 (с изменениями от 16.10.2025 г. № 110-37-1251-25).

### **III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Организация и проведение Зимнего фестиваля возлагается на Центр тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта, при муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа города Саянска».

Контактное лицо: Борщова Валентина Владимировна, Тарасова Яна Александровна  
Контактные данные: тел.: 8(39553) 5-48-82, адрес электронной почты [gto.sayansk@bk.ru](mailto:gto.sayansk@bk.ru)

### **IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

Зимний фестиваль проводится среди всех категорий населения муниципального образования «город Саянск». К участию приглашаются жители в возрасте от 6 до 70 лет и старше.

Возраст участников определяется на дату выполнения нормативов, согласно возрастным ступеням (утверждены Постановлением Правительства РФ от 17 января 2023 г. о внесении изменений в Положение о ВФСК ГТО). Возрастные ступени указаны в Приложении 3.

Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) указаны на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru) в разделе «нормативы».

Все участники должны быть зарегистрированы на сайте ГТО и иметь уникальный идентификационный номер (сокращенно - УИН или ID-номер), состоящий из 11 цифр.

Вход в личный кабинет и регистрация на сайте gto.ru с 1 января 2025 года осуществляется только с использованием логина и пароля от учетной записи Госуслуг.

К участию в фестивале допускаются лица, имеющие справку, допуск врача к занятиям физической культурой, массовым спортом, выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» или указанные в коллективной заявке, заверенной врачом.

К участию в фестивале не допускаются:

- участники, не имеющие УИН ВФСК ГТО;
- участники, не имеющие медицинского допуска для участия в Фестивале;
- участники, не имеющие спортивной формы и спортивной обуви.

## V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Место проведения	Виды испытаний (тестов)	Дата и время
с/к «Городской стадион» (манеж)	Бег на 10 м (с), 30 м (с), 60 м (с)	<b>2 февраля</b> 14:00 - 15:00
	Челночный бег 3*10 м (с)	
	Шестиминутный бег (м)	
	Смешанное передвижение на 1000 м (мин, с)	<b>3 февраля</b> 10:00 – 11:00
	Бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м (мин, с)	
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	<b>6 февраля</b> 17:00 – 18:00
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	
	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	<b>13 февраля</b> 16:00 – 17:30
	Метание теннисного мяча в цель (м)	
с/к «Городской стадион» (зал тяжелой атлетики)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	<b>4 марта</b> 15:00 - 17:00
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	<b>23 марта</b> 10:00 – 14:00
	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, гимнастическую скамью (количество раз)	
Бассейн «Дельфин»	Плавание (мин, с)	По согласованию
Центр зимних Видов спорта	Ходьба на лыжах, Бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км (мин, с)	<b>28 февраля</b> старт 12:00

*\*Возможны изменения даты и времени, а также возможны дополнительные даты по согласованию. Информация будет размещена на сайте МБУ ДО СШ Саянск <http://dyushs.clan.su/>*

## VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Все результаты, показанные участниками, вносятся во ФГИС «Спорт».

Участники, выполнившие необходимое получения знака отличия комплекса ГТО при участии соответствующих Центров тестирования, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

Участникам, направляется электронный сертификат участника Зимнего фестиваля.

## **VII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Финансовое обеспечение Фестиваля осуществляется за счёт средств Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа города Саянска».

## **VIII. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. № 1144 Н «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 и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

## **IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Заявки на участие Зимнем фестивале (Приложение 1) подаются на адрес электронной почты [gto.sayansk@bk.ru](mailto:gto.sayansk@bk.ru) или на бумажном носителе по адресу г. Саянск, м-н Олимпийский д. 24, здание «Мегаполис-спорт» 2 этаж, методический кабинет (пн-пт с 8.00 до 17.00, перерыв 12.00-13.00).

Оригинал заявки, заверенный врачом (или справка), подается в день проведения тестирования.

Обратите внимание:

Заявка заполняется разборчивым почерком или подается в печатном виде.

Фамилия, имя, отчество указывается без сокращений, как в паспорте.

Дата рождения участника указывается полностью (день, месяц, год).

УИН указывается в формате 00-00-000000.

Наличие фотографии в личном кабинете участника **ОБЯЗАТЕЛЬНО**.

По вопросам участия, регистрации на сайте, добавления фотографии, выяснения УИНа обращаться к специалисту Центра Тестирования ГТО Борщовой Валентине Владимировне, Тарасовой Яне Александровне тел.: 5-48-82.

**ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ**  
**В Зимнем фестивале, Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

наименование организации, команды

[illegible]

Допущено к участию \_\_\_\_\_ человек.  
(прописью)

Врач \_\_\_\_\_

*Фамилия, имя, отчество*

\_\_\_\_\_

*подпись*

\_\_\_\_\_

*дата, М.П.*

Руководитель организации \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Фамилия, имя, отчество

\_\_\_\_\_  
Подпись, М.П.

Контактное лицо: \_\_\_\_\_  
*Фамилия, имя, отчество, контактный телефон, E-mail*

## Авторизация и регистрация на сайте gfo.ru для детей младше 14 лет

Вход в личный кабинет и регистрация на сайте gfo.ru с 1 января 2025 года осуществляется только с использованием логина и пароля от учетной записи Госуслуг.

Учётная запись ребёнка на Госуслугах — это личный кабинет для детей до 17 лет включительно. Учётная запись ребёнка на Госуслугах создаётся одним из родителей с подтверждённой учётной записью и автоматически привязывается к его учётной записи.

Если у ребёнка уже есть учётная запись на Госуслугах:

1. Перейдите на сайт gfo.ru
2. Нажмите на кнопку «ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ»
3. Нажмите на кнопку «ВХОД ЧЕРЕЗ ЕСИА»
4. Введите логин и пароль от кабинета «Госуслуг» ребёнка, нажмите «ВОЙТИ»

Логин – это адрес электронной почты или номер телефона, указанный при регистрации. Можно войти указав СНИЛС.

Пароль – набор символов, указанный при создании учётной записи.

5. Ответьте на вопрос: «ЕСТЬ ЛИ У ВАС УИН?»

- «ДА» введите ваш текущий УИН. После откроется ваш профиль.

- «НЕТ» система попросит подтвердить ваши данные и после проверки вы получите новый УИН и доступ к личному кабинету.

\* Если система выдаёт ошибку (УИН не найден, Пользователя не существует), тогда вернитесь назад и выберите «НЕТ», система создаст вам новый УИН.

## Если у ребенка нет учётной записи на Госуслугах:

Необходимо создать карточку ребёнка в своём личном кабинете.

Если карточка была создана ранее, повторно добавлять её не нужно.

Если у вас несколько детей, создайте отдельные карточки на каждого из них.

## Создание карточки ребёнка:

Родитель входит в свой личный кабинет Госуслуг.

Раздел «ДОКУМЕНТЫ» → «семья и дети» → карточка ребёнка → «добавить».

Заполняем данные ребёнка как в документах → «сохранить».

Когда данные свидетельства о рождении и СНИЛС пройдут проверку, в карточках документов сменится статус и на странице ребёнка будет доступно создание отдельной учётной записи для ребёнка.

## Создание учётной записи ребёнка:

Перейдите в личный кабинет → Документы → Семья и дети. Выберите карточку ребёнка.

В блоке «Учётная запись ребёнка» нажмите «Создать».

Укажите данные ребёнка и подтвердите:

\*электронную почту — через письмо

\*номер телефона (указывается по желанию) — через код из смс

**Электронная почта и номер телефона ребёнка не должны быть привязаны к другим учётным записям на Госуслугах. Они будут использованы в качестве логина для входа ребёнка на портал.**

Проверьте почту и перейдите по ссылке из письма от Госуслуг.

Из своего личного кабинета создайте пароль для входа ребёнка на Госуслуги и запомните его.

Если не удаётся войти в учётную запись ребёнка, восстановите пароль онлайн на Госуслугах следуя инструкциям.

Если потребуется «привязать» учётную запись ребёнка к вашей, следуйте инструкциям Госуслуг.

При возникновении вопросов обратитесь в чат поддержки Госуслуг к Роботу Максиму.

## **Авторизация и регистрация на сайте gfo.ru для пользователей старше 14 лет**

**Вход в личный кабинет и регистрация на сайте gfo.ru с 1 января 2025 года осуществляется только с использованием логина и пароля от учетной записи Госуслуг.**

Если у Вас уже есть учётная запись на Госуслугах:

Перейдите на сайт gfo.ru

Нажмите на кнопку «ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ»

Нажмите на кнопку «ВХОД ЧЕРЕЗ ЕСИА»

Введите логин и пароль от кабинета «Госуслуг» нажмите «ВОЙТИ»

*Логин* – это адрес электронной почты или номер телефона, указанный при регистрации. Можно войти указав СНИЛС.

*Пароль* – набор символов, указанный при создании учетной записи.

Ответьте на вопрос: «ЕСТЬ ЛИ У ВАС УИН?»

- «ДА» введите ваш текущий УИН. После откроется ваш профиль

- «НЕТ» система попросит подтвердить ваши данные и после проверки вы получите новый УИН и доступ к личному кабинету

\* Если система выдаёт ошибку (УИН не найден, Пользователя не существует), тогда вернитесь назад и выберите «НЕТ», система создаст вам новый УИН.

## **Если нет учётной записи на Госуслугах:**

Необходимо пройти регистрацию НА САЙТЕ ГОСУСЛУГИ

1. Перейдите на сайт «Госуслуги».
2. Нажмите кнопку «Другой способ регистрации».
3. Заполните форму: укажите ФИО, телефон и адрес электронной почты.
4. Нажмите «Зарегистрироваться». Вам придет SMS с кодом подтверждения или письмо на электронную почту.
5. Введите код в форму и нажмите «Продолжить».
6. Придумайте пароль (запишите, чтобы не забыть) и войдите в профиль.
7. Заполните данные: СНИЛС и паспорт
8. Дождитесь проверки данных (это может занять от нескольких часов до нескольких дней).
9. На вашу электронную почту придёт уведомление о результатах проверки.

Если вы не можете сами зарегистрироваться - обратитесь в МФЦ (возьмите с собой паспорт, СНИЛС, мобильный телефон и запишите адрес электронной почты).



# ОБНОВЛЁННЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО

**ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ** от 6 до 7 лет

**ВТОРАЯ СТУПЕНЬ** от 8 до 9 лет

**ТРЕТЬЯ СТУПЕНЬ** от 10 до 11 лет

**ЧЕТВЕРТАЯ СТУПЕНЬ** от 12 до 13 лет

**ПЯТАЯ СТУПЕНЬ** от 14 до 15 лет

**ШЕСТАЯ СТУПЕНЬ** от 16 до 17 лет

**СЕДЬМАЯ СТУПЕНЬ** от 18 до 19 лет

**ВОСЬМАЯ СТУПЕНЬ** от 20 до 24 лет

**ДЕВЯТАЯ СТУПЕНЬ** от 25 до 29 лет

**ДЕСЯТАЯ СТУПЕНЬ** от 30 до 34 лет

**ОДИННАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 35 до 39 лет

**ДВЕНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 40 до 44 лет

**ТРИНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 45 до 49 лет

**ЧЕТЫРНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 50 до 54 лет

**ПЯТНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 55 до 59 лет

**ШЕСТНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 60 до 64 лет

**СЕМНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 65 до 69 лет

**ВОСЕМНАДЦАТАЯ СТУПЕНЬ** от 70 лет и старше