УТВЕРЖДАЮ
Министр физической культуры и спорта Хабаровского края
_____ Д.С. Чикунов
" " 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении ежемесячной акции "Рекорд ГТО"
в Хабаровском крае в рамках реализации проекта "Год ГТО"

1. Общие положения

Положение определяет порядок проведения ежемесячной акции "Рекорд ГТО" в Хабаровском крае (далее – Акция).

Акция проводится министерством физической культуры и спорта Хабаровского края (далее – министерство) в рамках реализации проекта "Год ГТО".

1. Цели и задачи

Цель Акции – пропаганда Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) (далее – комплекс ГТО) среди жителей Хабаровского края.

Задачи проведения конкурса:

- увеличение числа граждан края, вовлеченных в систематические занятия физической культурой и спортом;
- создание условий, мотивирующих граждан к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

2. Участники Акции

Участники – жители городских округов и муниципальных районов края (далее – муниципальные образования), в том числе инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, в возрасте от 6 до 70+ лет, имеющие допуск врача по форме, установленной приказом Минздрава России от 23.10.2020 №1144н, и зарегистрированные в электронной базе данных комплекса ГТО.

3. Порядок проведения Акции

Муниципальные центры тестирования ГТО, ежемесячно организовывают мероприятия по выполнению нормативов ГТО в рамках Акции в муниципальных образованиях края с определением сильнейших участников в каждом из основных видов испытаний, согласно прилагаемому графику (Приложение №1).

Муниципальные центры тестирования ежемесячно, в срок до 23 числа месяца, предшествующего отчетному направляют график проведения Акции в своем муниципальном образовании в Региональный центр тестирования на электронную почту: gto.dvhab@mail.ru.

Региональный центр тестирования ежемесячно в срок до 25 числа месяца, предшествующего отчетному, направляет в министерство сводный график проведения Акции в Хабаровском крае.

Муниципальные центры тестирования в срок до 01 числа месяца, следующего за отчётным, направляет в Региональный центр тестирования результаты проведения Акции в своем муниципальном образовании.

Региональный центр тестирования в срок до 02 числа месяца, следующего за отчётным, направляет в министерство результаты Акции.

Контактное лицо по вопросам проведения Акции – Живновицкий Максим Николаевич, тел. 8 (4212) 57-47-11.

4. Определение и награждение победителей конкурса

Министерство ежемесячно в срок до 05 числа месяца, следующего за отчётным, на основании представленных Региональным центром тестирования результатов, определяет победителей, показавших наилучший результат среди всех участников Хабаровского края, по каждому из обязательных видов испытаний комплекса ГТО, раздельно среди мальчиков и девочек, девушек и юношей, мужчин и женщин.

При равенстве результатов у двух или более участников победителями являются все участники показавшие наилучший результат.

Информация о победителях Акции публикуется на сайте министерства ежемесячно в срок до 05 числа, следующего за отчетным.

Победители Акции награждаются памятными (ценными) призами.

Приложение

График проведения мероприятий по выполнению нормативов ГТО
в рамках ежемесячной акции "Рекорд ГТО"

Дата проведения	Возрастная ступень ГТО	Виды испытаний (тест)
с 06 по 31 января 2021 г.	IV	- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки) - подтягивание на высокой перекладине (мальчики) - прыжок в длину с места - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 28 февраля 2021 г.	V	- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) - подтягивание на высокой перекладине (юноши) - поднимание туловища из положения лежа на спине - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - прыжок в длину с места **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с)

		- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 31 марта 20212 г.	VI	- рывок гири 16 кг (мужчины) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины) - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - прыжок в длину с места - челночный бег 3х10 м(с) **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с**

		ограниченными возможностями здоровья в своей ступени
с 01 по 30 апреля 2021 г.	VII	- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины) - подтягивание на высокой перекладине (мужчины) - бег на 3000 м (мин, с) (мужчины) - бег на 2000 м (мин, с) (женщины) - бег на 60 м (с) - прыжок в длину с места **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - скандинавская ходьба (без учета времени) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 31 мая 2021 г.	VIII	- бег на 2000 м (мин, с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины) - подтягивание на высокой перекладине (мужчины) - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - поднимание туловища из положения лежа на спине **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - бег на 2000 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - бег на 2000 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

		- наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - скандинавская ходьба (без учета времени) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 30 июня 2021 г.	IX	- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины) - подтягивание на высокой перекладине (мужчины) - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) - поднимание туловища из положения лежа на спине **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 2000 м (мин, с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - поднимание туловища из положения лежа на спине **для лиц с нарушением слуха** - бег на 2000 м (мин, с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - метание теннисного мяча в цель **для лиц с нарушением зрения** - скандинавская ходьба (без учета времени) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (с остаточным зрением) - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (тотально слепые) - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - поднимание туловища из положения лежа на спине **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возмож-**

		ностями здоровья в своей ступени
с 01 по 31 июля 2021 г.	X	- скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - поднимание туловища из положения лежа на спине **для лиц с интеллектуальным нарушением** - смешанное передвижение на 3000 м (мин, с) (женщины) - смешанное передвижение на 4000 м (мин, с) (мужчины) - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - метание теннисного мяча в цель **для лиц с нарушением слуха** - смешанное передвижение на 3000 м (мин, с) (женщины) - смешанное передвижение на 4000 м (мин, с) (мужчины) - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - метание теннисного мяча в цель **для лиц с нарушением зрения** - скандинавская ходьба (без учета времени) - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (60-64) - сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (65-69) **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 31 августа 2021 г.	XI	- скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) - сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - поднимание туловища из положения лежа на спине **для лиц с интеллектуальным нарушением** - смешанное передвижение (без учета времени) - сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула - наклон вперед из положения сидя на полу с пря-

		мыми ногами - метание теннисного мяча в цель **для лиц с нарушением слуха** - смешанное передвижение (без учета времени) - сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - метание теннисного мяча в цель **для лиц с нарушением зрения** - скандинавская ходьба (без учета времени) - сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 30 сентября 2021 г.	I	- смешанное передвижение 1000 м (мин, с) - челночный бег 3х10 м (с) - прыжок в длину с места - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - смешанное передвижение 1000 м (мин, с) - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - прыжок в длину с места - смешанное передвижение 1000 м (мин, с) **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (с остаточным зрением) - сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (тотально слепые) **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям**

		для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени
с 01 по 31 октября 2021 г.	II	- челночный бег на 3х10 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - прыжок в длину с места - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (с остаточным зрением) - сгибание и разгибание рук о гимнастическую скамью (тотально слепые) **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 30 ноября 2021 г.	III	- подтягивание на высокой перекладине (мальчики) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки) - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - поднимание туловища из положения лежа на спине - прыжок в длину с места **для лиц с интеллектуальным нарушением** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением слуха** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

		- наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **для лиц с нарушением зрения** - бег на 30 м (с) - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (с остаточным зрением) - сгибание и разгибание рук о гимнастическую скамью (тотально слепые) - наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами - прыжок в длину с места **Лица с односторонней или двусторонней ампутацией или другими поражениями верхних или нижних конечностей, а также лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, лица с церебральным параличом и лица с низким ростом могут выполнить любые виды испытаний ГТО согласно методическим рекомендациям для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в своей ступени**
с 01 по 27 декабря 2021 г.	Общее подведение итогов	