

УТВЕРЖДАЮ:
 глава МО Красноуфимский округ
 О.В.Ряписов
 2024 г.



**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
 ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА "ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ" (ГТО) на 2025 год**
 на территории **Муниципального образования Красноуфимский округ**
 (наименование муниципального образования)

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата и место проведения	Возрастные ступени	Виды испытаний	Ответственный за проведение (ФИО, телефон, электронная почта)	
1-2.	Зимний фестиваль ВФСК «ГТО».	Лыжные гонки. Первенство РЦ ДОД (классический ход) в зачет ГТО	18.01.2025 г. с.Криулино	I- XVIII ступени	1. Бег на лыжах на 1 км/2 км /3 км/5 км	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
		Прием нормативов ВФСК «ГТО» для учащихся IV- VI ступеней (силовые)	21.01.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	IV, V, VI ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/ нанизкой перекладине 90 см 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
3.	Фестиваль ВФСК «ГТОшка» (I-II ступень школьники)	04.02.2025 г. КСК «Подгорновский»	I и II ступени Обучающиеся ОУ	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м 7. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 43945-03-48 dush.kruf@mail.ru	
4.	Лыжные гонки памяти социалистического труда Мавлютовой М.С. (в зачет ГТО, ОВЗ)	13.02.2025 г. д.Озерки	I- XVIII ступени	1. Бег на лыжах на 1 км/2 км /3 км/5 км	КФКСиМП Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru	
5.	Фестиваль ВФСК «ГТО» среди трудовых коллективов МО Красноуфимский округ	15.02.2025 г. КСК «Подгорновский»	VII- XV ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л. Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru	

6.	Лыжные гонки (свободный ход). Первенство РЦ ДОД в зачет ГТО. Спартакиада сельских территорий	01.03.2025 г. п.Натальинск	I- XVIII ступени	1. Бег на лыжах на 1км/2 км /3 км/5 км 2. Передвижение на лыжах на 2 км/3 км	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
7.	Фестиваль ВФСК «ГТО» среди семейных команд МО Красноуфимский округ	22.03.2025 г. КСК «Подгорновский»	I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, IX, X, XI ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногам (дети) 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л. Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
8.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» для учащихся I, II,III (силовые)	28.03.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	I, II, III ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногам 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
9.	Фестиваль ВФСК «ГТО» среди граждан, проживающих в сельской местности МО Красноуфимский округ	05.04.2025 г. КСК «Подгорновский»	VI, VII, VIII, IX, X, XI ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
10.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» среди взрослого населения (силовые) МО Красноуфимский округ	05.04.2025 г. КСК «Подгорновский»	VI- XVIII ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине 2. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногам 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
11.	Фестиваль ВФСК «ГТО» среди значкистов комплекса ГТО МО Красноуфимский округ	24.04.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	III-V ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине 2. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногам 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
12.	Летний фестиваль ВФСК «ГТО» для учащихся IV- VI ступеней (четырёхборье) Спартакиада школьников	06.05.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	IV, V,VI ступени	1. Бег на 30 м/60 м/100 м 2. Бег на 1000 м /1500 м/2000 м/ 3000 м 3. Смешанное передвижение на 1000 м/2000 м 4. Прыжок в длину с разбега 5. Метание мяча весом 150 г	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru

13.	Летний фестиваль ВФСК «ГТО» для учащихся I- III ступеней (четырёхборье) Спартакиада школьников	13.05.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	I- III ступени	1. Бег на 10 м/30 м/60 м 2. Бег на 1000 м /1500 м 3. Шестиминутный бег 4. Смешанное передвижение на 1000 м/2000 м 5. Прыжок в длину с разбега 6. Метание теннисного мяча/мяча весом 150 г	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
14.	День ВФСК «ГТО», приуроченный к Дню физкультурника	10.08.2025 г. ЗОЛ «Черкасово»	I, II, III, IV, V ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине 7. Челночный бег	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
15.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» для учащихся I, II, III ступеней (легкая атлетика)	11.09.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	I, II, III ступени	1.Шестиминутный бег 2. Бег на 10 м/30 м 2. Бег на 1000 м/ 1500 м 3. Смешанное передвижение на 1000 м 4. Прыжок в длину с места 5. Метание теннисного мяча /мяча весом 150 г	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
16.	Фестиваль ВФСК «ГТО» «ГТОшка» МО Красноуфимский округ (I ступень детские сады)	12.09.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	I ступень	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м 7. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
17.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» для учащихся IV- VI ступеней (легкая атлетика)	18.09.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	IV-VI ступени	1. Бег на 30 м/60 м/ 100 м 2. Бег на 1000 м/ 1500 м/2000 м/3000 м 4. Прыжок в длину с места 5. Метание мяча весом 150 г 6. Метание спортивного снаряда весом 500 г/700 г	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
18.	Легкая атлетика. Осенний легкоатлетический кросс «Золотая осень» в зачет приема норм ВФСК «ГТО»	25.09.2025 г. с.Криулино	II- XVIII ступени	1. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км 2. Кросс (бег по пересеченной местности) на 2 км 3. Кросс (бег по пересеченной местности) на 3 км 4. Кросс (бег по пересеченной местности) на 5 км 5. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км 6. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru

19.	Туристический слет обучающихся образовательных учреждений МО Красноуфимский округ (в зачет ГТО)	27.09.2025 г. с.Юва	III- VI ступени	Туристический поход с проверкой туристских навыков на 5, 10 км	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
20.	Фестиваль ВФСК «ГТО» среди лиц пенсионного возраста МО Красноуфимский округ	23.10.2025 г. КСК «Подгорновский»	XVI- XVIII ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине 2. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
21.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» среди учащихся I, II, III ступеней (силовые виды)	06.11.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	I- III ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
22.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» среди учащихся IV- VI (силовые виды)	13.11.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	IV- VI ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/низкой перекладине 90 см 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 5. Поднимание туловища из положения лежа на спине	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
22.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» по стрельбе из пневматической винтовки	13.11.2025 г. МАОУ «Приданниковская СОШ»	IV- XVIII ступени	Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки из пневматической винтовки с открытым прицелом	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
23.	Прием нормативов ВФСК «ГТО» среди лиц с ОВЗ	Декабрь 2025 г.	I- XVIII ступени	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине/низкой перекладине 90 см 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье 5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине 7. Бег на лыжах на 1 км/2 км /3 км/5 км 8. Передвижение на лыжах на 2 км/3 км	Николаева Н.Л., Кручинина А.И. Мурзабаева В.Д 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, КОНКУРСЫ

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Возрастные ступени	Формат мероприятия	Ответственный за проведение (ФИО, телефон, электронная почта)
1.	Фотоакция "Новогодний СПОРТ-кадр"	Январь	I-XVIII ступени	Акция по привлечению населения к движению ГТО и спортивному образу жизни	Мурзабаева В.Д. 8343946-55-92 dush.kruf@mail.ru
2.	Выступление на методическом объединении учителей физической культуры	Январь		Информирование педагогов об изменениях в реализации комплекса ГТО	Мурзабаева В.Д., Кручинина А.И. 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
3.	Конкурс рисунков «В новый год с ГТО»	Январь	I-VII ступени	Акция по привлечению населения к движению ГТО и спортивному образу жизни	Мурзабаева В.Д. 8343946-55-92 dush.kruf@mail.ru
4.	Челлендж «Равняемся на олимпийцев»	Март	I- VI ступени	Акция по привлечению населения к движению ГТО и спортивному образу жизни	Мурзабаева В.Д. 8343946-55-92 dush.kruf@mail.ru
5.	«Единый день ГТО»	апрель	I- XVIII ступени	Ознакомление учащихся с историей ВФСК «ГТО»	Мурзабаева В.Д., Кручинина А.И. 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
6.	Акция «Лето с ГТО»	июнь	I- XVII ступени	Акция по привлечению населения к движению ГТО	Мурзабаева В.Д., Кручинина А.И. 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
7.	Выступление на методическом объединении учителей физической культуры	Август		Информирование педагогов об изменениях в реализации комплекса ГТО	Мурзабаева В.Д., Кручинина А.И. 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
8.	Акция «Урок ГТО»	сентябрь	I-VI ступени	Проведение спортивных мероприятий, просветительских компаний, направленных на продвижение комплекса ГТО среди населения	Мурзабаева В.Д., Кручинина А.И. 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
9.	Акция «Каникулы с ГТО»	ноябрь	I- VI ступени	Акция по привлечению обучающихся ОУ к движению ГТО	Мурзабаева В.Д. 8343946-55-92 dush.kruf@mail.ru
10.	Освещение в СМИ и Интернет ресурсах мероприятий ВФСК «ГТО»	постоянно			Мурзабаева В.Д., Кручинина А.И. 8343945-03-48 dush.kruf@mail.ru
11.	Размещение и обновление информации с нормативами ВФСК «ГТО» на информационных стендах	постоянно			Мурзабаева В.Д. 8343946-55-92 dush.kruf@mail.ru
12.	Изготовление информационных буклетов	ежеквартально			Мурзабаева В.Д. 8343946-55-92 dush.kruf@mail.ru

