



Администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области

## ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 14.11.2022 № 1614-11

О проведении дня сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работников филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», в целях пропаганды физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на укрепления здоровья населения, руководствуясь статьями 32, 35, 40 Устава муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области, администрация Сорочинского городского округа **п о с т а н о в л я е т**:

1. Провести в Сорочинском городском округе Оренбургской области в физкультурно-оздоровительном комплексе «Дружба» (г.Сорочинск, ул.Ворошилова д.11) 15 ноября 2022 года с 10.00 часов сдачу норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работниками филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске Сорочинского городского округа Оренбургской области.

2. Утвердить положение о сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работников филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске (Приложение).

3. Организацию и проведение сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работниками филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске Сорочинского городского округа Оренбургской области возложить на отдел по физической культуре и спорту, молодежной политике администрации Сорочинского городского округа (Козлова С.Г.) и Центр тестирования Сорочинского городского округа Оренбургской области (Макарычев В.А.).

4. Контроль за исполнением данного распоряжения возложить на заместителя главы администрации городского округа по социальным вопросам Федорову Т.В.

5. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания и подлежит размещению на Портале муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области в сети «Интернет» (<http://sorochinsk56.ru>).

Глава муниципального образования  
Сорочинский городской округ

 Т.П.Мелентьева

Приложение  
к постановлению администрации  
Сорочинского городского округа  
Оренбургской области  
от 11.11.2022 № 1614-17

## ПОЛОЖЕНИЕ

о сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работниками филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске

### 1. Цели и задачи:

- пропаганда Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и здорового образа жизни;
- осуществление контроля за уровнем физической подготовленности и степенью владения практическими умениями и навыками видов испытаний при выполнении нормативов комплекса ГТО;

### 2. Сроки и место проведения.

Сдача норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работниками филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западный электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске проводится 15 ноября 2022 года в физкультурно-оздоровительном комплексе «Дружба» (г.Сорочинск, ул.Ворошилова д.11).

Начало мероприятий в 10.00 часов. Сбор участников до 09.45 часов.

### 3. Участники сдачи норм комплекса ГТО.

К участию в сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) допускаются наиболее подготовленные мужчины и женщины VI - X ступеней ГТО.

Возрастные группы:

- от 18 до 24 лет, от 25 до 29 лет (шестая ступень ГТО);
- от 30 до 34 лет, от 35 до 39 лет (седьмая ступень ГТО);
- от 40 до 44 лет, от 45 до 49 лет (восьмая ступень ГТО);
- от 50 до 54 лет, от 55 до 59 лет (девятая ступень ГТО);
- от 60 до 69 лет (десятая ступень ГТО).

### 4. Программа фестиваля ГТО:

В программу сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) входят следующие виды и упражнения:

Женщины:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см;

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Мужчины:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- подтягивание из виса на высокой перекладине/рывок гири 16 кг;
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

### **5. Организация и проведение.**

Организация и проведение сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) возлагается на отдел по физической культуре и спорту администрации Сорочинского городского округа и Центр тестирования Сорочинского городского округа.

### **6. Заявки и спортивная форма.**

Всем участникам фестиваля ГТО необходимо иметь спортивную форму и сменную обувь. В обязательном порядке зарегистрироваться на Всероссийском сайте ГТО ([www.gto.ru](http://www.gto.ru)) и получить идентификационный номер (ID-номер).

Работникам филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске необходимо подтвердить участие (количество участников) в фестивале ГТО в отделе по физической культуре и спорту, молодежной политике администрации Сорочинского городского округа по тел.: 4-17-70 или эл. почте [sorsport@yandex.ru](mailto:sorsport@yandex.ru) (Козлова С.Г.), начальник отдела по физической культуре и спорту, молодежной политике администрации Сорочинского городского округа) до 14 ноября 2022 года.

Именные заявки, заверенные руководителем, подаются в Центр тестирования Сорочинского городского округа Оренбургской области в день проведения сдачи норм ГТО в физкультурно-оздоровительном комплексе «Дружба» по форме (Ф.И.О., дата и год рождения, ID-номер).

## Лист согласования

Документ	Постановление администрации муниципального образования
Заголовок	О проведении дня сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) работников филиала МРСК Волги Оренбургэнерго Западные электрические сети Сорочинский РЭС в Сорочинске
Подпись	Мелентьева Т.П., Глава муниципального образования Сорочинский городской округ, (Системная) Муниципальное образование Сорочинский городской округ
Исполнитель	Ерохина Т.А., Инспектор
Инициатор	(Системная) Муниципальное образование Сорочинский городской
Руководитель	,
Тип согласования	Парал.
Срок согласования	11.11.2022
Дата начала согласования	10.11.2022 17:43
Дата окончания согласования	10.11.2022 18:14

Комментарий инициатора:

Согласующий	Виза	Наименование организации	Должность	Дата, время	Данные об ЭП
Федорова Т.В.	Согласовано	(Системная) Муниципальное образование Сорочинский городской округ	Заместитель главы администрации городского округа по социальным вопросам	10.11.2022 17:58	 <p style="text-align: center;">ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ</p> <p style="text-align: center;"><small>СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП</small></p> <p style="text-align: center;"><small>Сертификат: 7c1b9f4ad1e05853523756b1a85d13e99e1e0a72 Владелец: Федорова Татьяна Валерьевна Действителен с 27.10.2021 до 27.01.2023</small></p>
Лукина Ю.Л.	Согласовано	(Системная) Муниципальное образование Сорочинский городской округ	Начальник правового отдела администрации Сорочинского городского округа	10.11.2022 18:14	 <p style="text-align: center;">ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ</p> <p style="text-align: center;"><small>СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП</small></p> <p style="text-align: center;"><small>Сертификат: 3642f0518398b66b1e83df02cdf50460438429e4 Владелец: Лукина Юлия Леонидовна Действителен с 20.01.2022 до 20.04.2023</small></p>

### Комментарии участников

Лукина Ю.Л. : комментарии не указаны  
Федорова Т.В. : комментарии не указаны