

СОГЛАСОВАНО

Министр спорта Вологодской области

А.В.Мурогин

«___» _____ 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель ОГ ФСО «Юность
России»

А.М.Абаев

«07» 07 2026 г.

Регламент

формирования команд, организации допуска к мероприятиям, направленным на выполнение и оценку испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в рамках всероссийского этапа Фестиваля ГТО среди обучающихся профессиональных образовательных организаций высшего (VI-VII ступеней)

I. Общие положения

Настоящий регламент разработан в целях организации проведения мероприятий Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся профессиональных образовательных организаций (далее – Фестиваль) согласно Положению о Фестивале и в соответствии с нормативными правовыми актами, регулирующими деятельность комплекс ГТО.

Регламент устанавливает:

- порядок формирования команд-участниц Фестиваля и требования к их составу;
- условия допуска участников к мероприятиям Фестиваля, отстранения от участия в мероприятиях, порядок работы Комиссии по допуску команд к участию в Фестивале;
- порядок, правила выполнения и оценку выполнения участниками нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, составляющих программу Фестиваля;
- описание этапов эстафеты ГТО, требований к ним, а также порядок и правила их прохождения;
- особенности организации судейства и условия подведения итогов.

Соревнования проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к

Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России 29 мая 2023 года.

II. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится с 23 по 28 сентября 2026 года (в том числе, 23 сентября – день приезда, 28 сентября – день отъезда) в г. Вологде.

III. Программа Фестиваля

23 сентября – прибытие участников, комиссия по допуску участников, тренировки, пристрелка;

24 сентября – торжественная церемония открытия Фестиваля;

– личные соревнования (многоборье ГТО):

– Бег на 100м;

– прыжок в длину с места;

– поднимание туловища из положения лежа на спине;

– плавание на 50м.

25 сентября – личные соревнования (многоборье ГТО):

– стрельба из пневматического оружия из положения сидя с опорой локтей о стол, 5 выстрелов, дистанция 10 м., время выполнения упражнения 10 минут;

– наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;

– подтягивание из виса на высокой перекладине (мужчины);

– сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки).

26 сентября – личные соревнования (многоборье ГТО):

– Метание снаряда 500 гр./700 гр.;

– Бег на 2000/3000 м.

27 сентября – командные соревнования «Эстафета ГТО».

В эстафете ГТО участвуют все команды. Эстафета проводится на 4 дорожках, где одновременно стартуют 4 участника разных команд и состоит из 4-х этапов:

1 этап-«Прыжок в длину с места толчком двумя ногами» (все участники);

2 этап-«Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (все участники);

3 этап-«Поднимание туловища из положения лежа на спине»;

4 этап-«Челночный бег 3х10м» (стартуют все).

По всей дистанции участников сопровождают судьи, оценивающие правильность выполнения упражнений и производящие подсчет количества повторений. Также судьи фиксируют нарушения, за которые начисляется штрафное время команде.

- торжественная церемония награждения и закрытия Фестиваля.

28 сентября – отъезд участников.

Спортивная программа III (всероссийского) этапа Фестиваля проводится на базе спортивных объектов АУДОВО»СШОР «Витязь»(стадион «Витязь») по адресу: г. Вологда, ул. Гагарина, д. 44 А.

IV. Порядок формирования команд и состав участников

Требования к участникам и условия допуска указаны в разделе IV Положения.

Состав команды: 10 человек, в том числе 8 участников (2 юноши и 2 девушки в возрасте 16-17 лет (VI ступень комплекса ГТО) и 2 юноши и 2 девушки в возрасте 18-19 лет (VII ступень комплекса ГТО), 1 представитель, 1 руководитель команды.

Возраст участников Фестиваля определяется по состоянию на 24 сентября 2026 года.

В соревнованиях принимают участие только лица, обучающиеся в профессиональных образовательных организациях (далее – ПОО) очной формы обучения. Подтверждающим документом может быть студенческий билет с отметкой о зачислении на соответствующий курс 2026-2027 учебного года, справка ПОО, подтверждающая факт обучения, заверенная печатью и подписью ответственного работника.

К участию в финале Фестиваля допускаются команды, направившие соответствующие требованиям заявки до завершения срока подачи, установленного Положением.

Команда выступает в единой спортивной форме с указанием наименования субъекта РФ, ПОО или студенческого спортивного клуба.

V. Организация допуска команд к участию в Фестивале

Рассмотрение заявок и допуск участников к финалу Фестиваля осуществляет комиссия по допуску участников. Состав комиссии формируется организаторами Фестиваля, в ее состав включается представитель Главной судейской коллегии Фестиваля.

Комиссия по допуску участников работает 23 сентября 2026 года с 09:00 до 19:00.

В комиссию по допуску представитель команды представляет следующие документы и сведения:

- оригинал заявки по форме согласно приложению №1 Положения, заверенный директором ПОО или руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, медицинской организацией;
- паспорт (оригинал) на каждого участника;
- страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;
- медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО на каждого участника, выданное лечебным учреждением на основании приказа Минздрава России от 23.10.2020 г. №1144н «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 в физкультурных и спортивных мероприятиях» (при отсутствии медицинского допуска в заявке) ;

- оригинал или электронная версия договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения Фестиваля на каждого участника команды (допускается оформление коллективной страховки);

- оригинал согласия на обработку персональных данных и на использование изображения на каждого участника команды (для участников 16-17 лет; 18-19 лет);

- студенческий билет и/или справку с места учебы с фотографией на каждого участника.

Участник не допускается к участию в Фестивале или может быть дисквалифицирован в период проведения Фестиваля при несоблюдении вышеуказанных условий допуска и в случае, если:

- заявляет об ухудшении физического состояния до начала соревнований или в период их проведения;

- не имеет спортивной формы или экипировки для участия в Фестивале;

- допускает недисциплинированное, некорректное поведение или грубость в отношении других лиц (в том числе судей и оргкомитета) при выполнении испытаний (тестов) комплекса ГТО программы Фестиваля.

Комиссия по допуску проверяет представленные документы и принимает решение по допуску участников команд. Решение о допуске команды объявляется представителю команды сразу после его принятия.

Замена участника соревнований по непредвиденным обстоятельствам после подачи заявки возможна только при соблюдении всех требований и условий, предъявляемых к участникам Фестиваля, и по согласованию с ОГФСО «Юность России».

При выявлении случая замены участника во время соревнований без согласования с ОГФСО «Юность России», команда дисквалифицируется в полном составе.

В случае возникновения медицинских противопоказаний или внештатных ситуаций, в результате которых участник не может принять участие в соревнованиях, остальные участники команды допускаются к дальнейшему участию в Фестивале с возможностью учета результатов в личном зачете.

Порядок и очередность выступления команд в Фестивале определяется Главной судейской коллегией после регистрации всех команд путем проведения жеребьевки. Результаты жеребьевки, а также ежедневная программа Фестиваля доводится до

представителей команд на установочном совещании по итогам работы комиссии по допуску.

VI. Условия выполнения и порядок оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО программы всероссийского этапа Фестиваля

Соревнования Фестиваля являются лично-командными.

Спортивная программа Фестиваля состоит из Многоборья ГТО (испытаний (тестов) комплекса ГТО для VI-VII возрастных ступеней) и Эстафеты ГТО.

№ п/п	Испытания (тесты)	Место проведения
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)	Спортивные объекты АУ ДО ВО «СШОР «Витязь» г. Вологды
2	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	
3	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	
4	Стрельба из пневматического оружия сидя с опорой локтей о стол (5 выстрелов, расстояние 10 м., время выполнения 10 минут)	
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
6	Бег на 2000м (девушки) / Бег на 3000м (юноши)	
7	Бег на 100 м	
8	Плавание 50 м	
9	Метание спортивного снаряда: весом 700 гр. (юноши), 500 гр. (девушки)	
10	Эстафета ГТО	

Испытания (тесты) комплекса ГТО в рамках программы Фестиваля выполняются в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО, утвержденными Минспорта России 29 мая 2023г.

Во время выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО в рамках программы Фестиваля, участник не может пользоваться помощью лиц, находящихся непосредственно в местах проведения испытаний.

Командное соревнование Эстафета ГТО проходит в формате гонки. В эстафете принимают участие все члены команды. Результаты эстафеты входят в командный зачет.

Оценка и учет результатов выполнения участником испытаний (тестов) комплекса ГТО спортивной программы Фестиваля осуществляется с применением 100-очковой таблицы, согласно приложению №2 к Методическим рекомендациям по

организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 18.04.2023 г. № 259 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий ВФСК ГТО».

Порядок выполнения и оценка испытаний программы Фестиваля:

1. Бег на 100 метров

Бег на 100 м выполняется с низкого или высокого старта, по отдельным дорожкам.

По команде «На старт!» участник должен подойти к линии старта и занять позицию за линией строго на своей дорожке. Спортсмен не должен касаться руками или ногами линии старта или земли за ней.

При команде «Внимание!» участник должен зафиксировать окончательную стартовую (неподвижную) позицию. После выстрела стартера из пистолета или команды «Марш!» они начинают движение. Участники стартуют по 2 - 4 человека.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *неготовность участника к старту через 2 минуты после вызова стартера;*
- *участник во время бега переходит со своей дорожки, создавая помехи другому участнику;*
- *старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела (фальстарт).*

2. Бег на 2000 м, 3000 м

Испытание выполняется из положения высокого старта. Группа участников выстраивается за 3 метра до стартовой линии. Помощник стартера называет участника, тот называет свой номер.

По команде «На старт!» участники занимают свои места перед линией старта. После выстрела стартера из пистолета или команды «Марш!» они начинают движение.

При беге участникам запрещается:

- *наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции;*
- *переходить на ходьбу.*

Результат фиксируется хронометром в минутах и секундах с точностью до 0,1с. Максимальное количество участников в одном забеге на дистанцию 2000 метров составляет не более 16 человек, 3000 метров – не более 20 человек.

3. Поднимание туловища из положения лежа на спине

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на специальной скамье, руки за головой в положении

«в замок», лопатки касаются скамьи, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты специальной планкой к скамье.

Участник выполняет **максимальное количество** подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

Видимое проявление ошибки	Наименование ошибки
<i>Отсутствие касания локтями бедер</i>	«Нет касания»
<i>Отсутствие касания лопатками скамьи</i>	«Нет лопатки»
<i>Размыкание пальцев рук «из замка»</i>	«Нет замок»
<i>Смещение таза (поднимание таза)</i>	«Нет таз»
<i>Изменение прямого угла согнутых ног</i>	«Нет угол»

Примечание 1: «Замок» - считается не разомкнутым, пока есть касание рук хотя бы одним пальцем;

Примечание 2: При отсутствии касания локтями бедер (коленей) повторение засчитывается, если локти прошли проекцию бедер.

Примечание 3: Для касания лопатками скамьи рекомендуется при возвращении в исходное положение слегка разводить локти в стороны.

4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется на специальном подиуме из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи вслух.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его не менее чем на 0,5 секунды продолжить выполнение испытания.

Выполнение упражнения выполняется **на максимальный результат за 4 минуты**.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

Видимое проявление ошибки	Наименование ошибки
<i>Нет касания контактной платформы средней частью грудной клетки</i>	«Нет касания»
<i>Касание контактной платформы не средней частью грудной клетки</i>	«Живот»
<i>И. п. не зафиксировано на 0,5 с</i>	«Нет фиксации»
<i>Плечи нарушили прямую линию «плечи-туловище-ноги», уйдя вниз от туловища</i>	«Плечи вниз»
<i>Плечи нарушили прямую линию «плечи-туловище-ноги», уйдя вверх от туловища</i>	«Плечи вверх»
<i>Бедра касаются подиума</i>	«Бедра»
<i>Таз нарушил прямую линию «плечи-туловище-ноги»</i>	«Таз»
<i>Поочередное нарушение прямой линии плечами, тазом и т. д.</i>	«Волна»
<i>Явно видимое поочередное разгибание рук</i>	«Поочередно»

<i>Локти разведены относительно оси туловища более чем 45 °</i>	<i>«Угол»</i>
<i>Во время отдыха нарушено исходное положение.</i>	<i>«Исходное»</i>
<i>Резкое движение головой вверх</i>	<i>«Голова»</i>

Примечание 1: старший судья на спортивном снаряде командует «Закончили!» до истечения контрольного времени на выполнение упражнения, если участник:

- более 1 с. касается контактной платформы;
- встал на колени;
- принял упор присев;
- лег на бедра.

Примечание 2: старший судья на спортивном снаряде имеет право задержать команду «Есть!», если он убежден, что участник не зафиксировал исходное положение на 0,5 с.

Примечание 3: при нарушении исходного положения во время отдыха (ошибка «Исходное») участнику не засчитывается одно очередное правильно выполненное сгибание и разгибание рук.

Примечание 4: При выполнении упражнения стопы разрешается разводить, не более, чем на ширину ступни (можно вместе).

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение не менее, чем на 0,5 сек.

Испытание выполняется **на максимально возможное количество раз за 4 минуты**. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

Видимое проявление ошибки	Наименование ошибки
<i>Подбородок не поднят выше грифа перекладины</i>	<i>«Подбородок»</i>
<i>Исходное положение не зафиксировано на 0,5 с</i>	<i>«Нет фиксации»</i>
<i>Резкое, порывистое движение руками и/или ногами</i>	<i>«Рывок»</i>
<i>Маятниковое движение с остановкой</i>	<i>«Взмах»</i>
<i>Поочередное резкое нарушение прямой линии ногами и т.д.</i>	<i>«Волна»</i>
<i>Явно видимое поочередное сгибание рук</i>	<i>«Поочередно»</i>
<i>Нарушение непрерывности движения вверх</i>	<i>«Остановка»</i>
<i>Резкое движение головой вверх</i>	<i>«Голова»</i>

Примечание 1: ошибка «Руки согнуты» не засчитывается участнику в случае наличия у него неустраняемых последствий ранее перенесенного повреждения локтевого сустава, препятствующего полному выпрямлению руки, что должно быть подтверждено медицинской справкой и врачом соревнования до начала выполнения упражнения первым участником соревнования. При этом рука, не имеющая указанного ограничения подвижности, должна быть выпрямлена полностью.

Примечание 2: Положение «руки на ширине плеч» определяется в исходном положении расстоянием между указательными пальцами рук участника, которое не должно отклоняться более чем на ширину ладони в меньшую или в большую сторону от ширины его плеч.

Примечание 3: допустимое колебание стоп в и. п. составляет 0,5 стопы от положения вертикали.

Примечание 4 участник **отстраняется от выполнения упражнения (дисквалифицируется в упражнении)** до его окончания в случае:

- отталкивания от пола или касания других предметов, кроме грифа перекладины, приводящих к облегчению выполнения упражнения;
- если участник во время выполнения упражнения перешел к выполнению другого гимнастического упражнения (например, подъем переворотом);
- если участник оторвал руку от перекладины и повис на одной руке.

5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на специальной скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см.

Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, леггинсы, НЕ ШТАНЫ).

При выполнении испытания, по команде судьи, участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд (до команды судьи «Есть!»). После выполнения испытания участник должен принять исходное положение и сойти со скамьи назад.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком « - », ниже – знаком «+».

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *сгибание ног в коленях;*
- *фиксация результата пальцами одной руки;*
- *отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд;*
- *падение вперед без фиксации.*

6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется на специальном коврике для прыжков. Место отталкивания обеспечивает хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед, допускаются махи руками.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Участник имеет право:

- при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;
- использовать полностью время (1 мин), отведенное на подготовку и выполнение прыжка.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *заступ за линию отталкивания или касание ее;*
- *отталкивание с предварительного подскока;*

- поочередное отталкивание ногами;
- использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;
- уход с места приземления назад по направлению прыжка.

7. Стрельба из пневматического оружия из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 метров.

Участники должны иметь свое пневматическое оружие, пульки, трубы, стрелковые куртки. Пневматические винтовки (МР-532, ИЖ, «Вальтер», «Аншус», «Фаенверкбау», «Штеер» и т.д.) должны иметь диоптрический прицел (допускается открытый прицел). Оптический прицел не допускается. Стрельба выполняется на дистанции 10 метров по мишени № 8 из положения сидя и с опорой локтей о стол. Участнику на выполнение 3-х пробных и 5 зачётных выстрелов дается 10 минут. Время на подготовку – 3 минуты.

Участник обязан:

- выполнять все команды старшего судьи и оператора комплекса;
- держать оружие только стволом в направлении линии мишеней;
- выполнять стрельбу только после команды «Старт» и до команды «Стоп» или «Прекратить стрельбу!»;
- докладывать старшему судьи о неисправности оружия;
- по окончании стрельбы аккуратно положить оружие стволом в направлении линии мишеней;
- бережно относиться к оружию и прочему оборудованию.

Участнику запрещается:

- брать оружие, прицеливаться и производить выстрелы без команды старшего судьи;
- прицеливаться и направлять оружие на людей и в стороны от линии мишеней;
- касаться спускового крючка до прицеливания и после завершения стрельбы;
- шуметь и отвлекаться на исходном и огневом рубеже.

Порядок проведения испытания.

Судья при участниках на исходном рубеже формирует первую (очередную) смену участников тестирования, проводит инструктаж по безопасности, порядке и правилам выполнения теста и команд старшего судьи.

По команде старшего судьи «Очередная смена – приглашается на огневой рубеж!» участники подходят к огневому рубежу, представляются, называя свои ФИО и УИН (возможно сканирование уникального QR-кода судьями при фиксации результатов с помощью АИС «Электронное судейство»).

Участники занимают соответствующие стартовым протоколам оборудованные места для стрельбы.

Старший судья дает команду «Приготовиться!». Участники в течении 3 минут готовят оружие и прицеливаются в мишени без заряжания пулями, используя режим «холостой выстрел».

Старший судья оценивает правильность изготовки, принятой участниками, и в случае необходимости, вносит индивидуальные коррективы.

Старший судья подает команду «Внимание участники! Выполняется стрельба из «пневматического оружия» 5 зачетных выстрелов. Пробных неограниченно. Время на выполнение упражнения 10 минут. Заряжай! Старт!»

По результатам пробных выстрелов участник может попросить оператора комплекса (судью) произвести поправку по средней точке попадания пробных выстрелов. По завершении последнего зачетного выстрела в смене или по окончании времени, отведенного на стрельбу, старший судья подает команду «Стоп! Разряжай!».

По команде руководителя стрельбы «Смена, встать! Покинуть огневой рубеж!» участники поднимаются и покидают огневой рубеж.

8. Плавание на 50 м

Испытание проводится в бассейне 25 м.

Допускается стартовать с тумбы, бортика или из воды (на усмотрение испытуемого).

Техника выполнения испытания

Способ плавания – вольный стиль. Участник касается стенки бассейна какой-либо частью тела при завершении на финише.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *ходьба либо отталкивание от дна бассейна;*
- *использование для продвижения или сохранения плавучести разделителей дорожек или подручных средств;*
- *использование приспособлений, способствующих увеличению скорости плавания;*
- *остановка на дистанции;*
- *участник начал выполнение испытания без команды судьи.*

9. Метание спортивного снаряда весом 500 гр./700 гр.

Метание выполняется в коридор шириной 10 м. Девушки выполняют испытание со снарядом весом 500 гр., юноши со снарядом 700 гр. Метание выполняется с места или с разбега способом «из-за спины через плечо».

Запрещается метать снаряд с поворотом. Выполняется три зачетные попытки, без пробных. На подготовку и выполнение попытки в метании дается 1 мин.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *касание любой частью тела линии разметка (линия метания, боковые линии дорожки, ограничивающие зону разбега);*
- *снаряд не попал в коридор;*
- *попытка выполнена без команды спортивного судьи;*
- *истекло время, отведенное на попытку;*
- *участник метнул снаряд способом не «из-за спины через плечо»*

10. Эстафета ГТО

Эстафета ГТО – командное соревнование, которое проходит в формате гонки. В нем участвуют все члены команды. Результаты эстафеты входят в командный зачет.

Эстафета ГТО проходит на 4 дорожках, где одновременно стартуют 4 участника. Порядок формирования забегов определяется ГСК по итогам результатов первых трех соревновательных дней. Порядок прохождения Эстафеты ГТО участниками команды устанавливается в следующем порядке: первые 4 участника - девушки, потом 4 юноши. Участники проходят 4 этапа дистанции, состоящей из нормативов комплекса ГТО на скорость (с наименьшими временными затратами).

Участник команды, стартовавший первым, проходит все этапы на своей дорожке, затем возвращается на старт, где передает эстафету касанием рукой любой части тела следующего участника.

По всей дистанции участников сопровождают судьи, оценивающие правильность выполнения упражнений и производящие подсчет количества повторений. Также судьи фиксируют нарушения, за которые начисляется штрафное время команде.

Командным результатом является время пересечения последним (восьмым) участником стартовой линии после прохождения им дистанции с учётом штрафного времени, начисленного всем участникам команды.

Результаты эстафеты ГТО составляют итоговый общекомандный зачет.

1 этап:

«Прыжок в длину с места толчком двумя ногами» выполняется на указанное в таблице ниже расстояние с фиксацией результата по ближайшему касанию сектора любой частью тела участника.

После подтверждения зачетного расстояния прыжка, участник возвращается на линию и выполняет прыжок повторно.

Общее число повторений – 3 раза.

После прохождения 1 этапа и команды судьи «Вперед!» участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступает к преодолению 2 этапа.

2 этап:

«Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» с касанием грудной клеткой специализированной контактной платформы, имеющей высоту 5 см от поверхности пола.

Упражнение выполняется в соответствии с требованиями, указанными в методических рекомендациях Минспорта России от 29 мая 2023 года и описанными подробно выше.

Участник выполняет необходимое количество повторений, указанное в таблице ниже.

После прохождения 3 этапа, по команде судьи «Вперед!», участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступает к выполнению 3 этапа.

3 этап:

«Поднимание туловища из положения лежа на спине».

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине необходимое количество раз, указанное в таблице ниже.

Упражнение выполняется в соответствии с требованиями, указанными в методических рекомендациях Минспорта России от 29 мая 2023 года и описанными подробно выше.

После прохождения 3 этапа, участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступает к выполнению 4 (заключительного) этапа.

4 этап:

«Челночный бег 3x10 м»

Упражнение выполняется в соответствии с требованиями, указанными в методических рекомендациях Минспорта России от 29 мая 2023 года и описанными подробно выше.

После прохождения 4 этапа участник обегает конус и возвращается к месту передачи эстафеты, а на последнем этапе к месту финиша. Передача эстафеты происходит касанием рукой любой части тела следующего участника.

Как только последний участник завершает выполнение 4 этапа эстафеты и пересекает линию старта, фиксируется общее время прохождения дистанции всей команды и заносится в протокол эстафеты ГТО, с учетом начисленных штрафных очков, которые конвертируются в добавленное (штрафное) время.

Таблица требований к прохождению этапов Эстафеты ГТО

Категория	1. Прыжок в длину	2. Отжимание	3. Пресс (без лимита в 1 минуту)	4. Челночный бег 3x10 м
Мужчины: 16-19 лет	Длина прыжка: 180 см Кол-во раз: 3	Кол-во раз: 20	Кол-во раз: 30	
Девушки: 16-19 лет	Длина прыжка: 150 см Кол-во раз: 3	Кол-во раз: 8	Кол-во раз: 20	

Участники Эстафеты ГТО не должны отклоняться от заданного маршрута движения (сокращать маршрут) и правила передачи эстафеты. Все участники должны избегать действий или поведения, способных создавать помехи на дистанции другим участникам.

Штрафы:

Передача эстафеты вне коридора или без касания рукой следующего участника – + 3 сек.

Фальстарт участника команды, необбегание конуса на повороте – +5 сек.

Участник не выполнил нужное количество повторений, перейдя к следующему этапу – +10 сек. за каждое невыполненное повторение.

Создание помехи соперникам в свободной передаче эстафеты или в прохождении дистанции – +20 сек.

Общее время прохождения всех этапов каждым участником команды суммируется со штрафным временем, полученным участниками команды во время прохождения эстафеты ГТО и вносится в протокол.

В итоговом протоколе места распределяются по времени прохождения дистанции каждым участником команды с учетом штрафного времени.

В случае одинакового итогового времени у двух и более команд, преимущество отдается команде, у которой меньше количество штрафного времени.

В случае, если у команд, показавших одинаковое время, нет штрафного времени, то команды получают одинаковое количество очков.

Команда, прошедшая эстафету с наименьшим временем, получает наибольшее количество очков.

Количество очков среди остальных команд распределяется согласно таблице:

место	очки	место	очки	место	очки
1	400	16	160	31	60
2	370	17	152	32	56
3	350	18	144	33	52
4	330	19	136	34	48
5	310	20	128	35	44
6	290	21	120	36	40
7	270	22	114	37	36
8	260	23	108	38	32
9	250	24	102	39	28
10	240	25	96	40	24
11	220	26	90	41	20
12	200	27	84	42	16
13	190	28	78	43	12
14	180	29	72	44	8
15	170	30	66	45	4

Примечание: команды, занявшие 46 место и ниже, получают 0 очков.

VII. Порядок и условия подачи заявления, протеста, апелляции

7.1. В случае неправильных, по мнению участников, решений отдельных спортивных судей во время проведения соревнований или при возникновении каких-либо вопросов, участник либо представитель команды может обратиться в ГСК с заявлением.

7.2. Заявление делается в устной форме непосредственно в ходе соревнования соответствующему старшему судье или заместителю главного судьи не позднее, чем через 30 мин. после обнаружения нарушения Положения о Фестивале или Регламента Фестиваля, но не позднее, чем через 15 мин. после окончания выполнения соответствующего упражнения всеми участниками.

Если по устному заявлению решение не принято на месте или участник, либо представитель команды не удовлетворен принятым решением, он может изложить свое заявление в виде обоснованного письменного протеста на имя Главного судьи и подать его не позднее, чем через 30 минут после окончания выполнения соответствующего упражнения всеми участниками, а протест на результаты соревнования – не позднее одного часа с момента представления на информационных стендах предварительных результатов соревнования по виду.

7.3. В протесте должны быть указаны разделы и пункты Положения и (или) Регламента, которые, по мнению подающего протест, были нарушены спортивными судьями, представителями команд или участниками.

Протест подается на имя Главного судьи через Главного секретаря, который, проставив на протесте астрономическое время получения, немедленно передает его Главному судье и дает указание секретариату ГСК о подготовке документации, касающейся вопросов протеста, а также берет на контроль опротестованные результаты.

7.4. Решение по протесту должно быть принято в тот же день, если не требуется дополнительной проверки фактов, и оформлено письменным заключением главного судьи, которое он доводит до сведения участника и представителя команды.

7.5. Если участник или представитель команды подает необоснованный протест, создавая этим помехи проведению соревнований, Главный судья имеет право сделать ему предупреждение, а в случае повторного необоснованного протеста имеет право отстранить его от участия в соревнованиях и удалить за пределы места проведения соревнований.

7.6. Протесты, связанные с принадлежностью к команде или возрастом участников, подаются не позднее, чем за 30 мин. до начала первого упражнения Программы и рассматриваются Комиссией по допуску или Главным судьей.

7.7. До решения Главного судьи или Апелляционного жюри по протесту, участник может быть допущен к соревнованию «под протестом» решением Главного судьи Фестиваля.

7.8. Подписание итогового протокола возможно только после завершения работы Главной судейской коллегии, с учетом рассмотрения всех заявленных протестов в письменной форме.

VIII. Подведение итогов

Результаты выполнения испытаний каждым участником фиксируются спортивными судьями и вносятся в протокол.

По итогам выполнения испытаний всеми членами команды ведется личный и командный зачет.

Перевод личных результатов в очки осуществляется по 100-очковой таблице оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО согласно приложению № 2 к Методическим рекомендациям по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

«Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 18.04.2023г. №259.

Личный зачет по итогам **многоборья ГТО** подводится отдельно среди девушек и юношей в каждой возрастной ступени. Победители определяются по наибольшей сумме набранных очков по результатам выполнения 9 видов испытаний. При подведении итогов **в личном зачете многоборья ГТО** (в каждой гендерно-возрастной группе), в случае одинакового количества очков у двух и более участников, победа присуждается участнику, показавшему лучший результат в испытании (тесте) бег на 2000 м у девушек, бег на 3000 м у юношей, по времени с учетом долей секунд. А при равенстве этого показателя – выигравшему большее количество видов.

Личный зачет подводится также отдельно среди девушек и юношей **по каждому виду испытания** отдельно в каждой возрастной ступени. Победитель определяется по наибольшему количеству очков, полученных в результате выполнения испытания. При равенстве очков у двух или более участников, преимущество получает участник, являющийся старшим по возрасту.

Победители в **командном первенстве «Эстафета ГТО»** определяются по наименьшему затраченному времени на прохождение всех этапов всеми участниками команды с учетом штрафного времени. При одинаковых результатах у двух и более команд, преимущество получает команда, набравшая наименьшее штрафное время.

Общекомандное первенство определяется по наибольшей сумме очков, набранных всеми членами команды в многоборье ГТО, и результатам командного первенства эстафеты ГТО.

При равенстве суммы у двух или более команд преимущество отдается команде, занявшей более высокое место по результатам многоборья ГТО.