

УТВЕРЖДАЮ

**Заместитель Министра спорта
Российской Федерации**



О.Х.Байсултанов

20 ноября 2020 г.

РЕГЛАМЕНТ

формирования команд-участниц, организации допуска к мероприятиям Фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «ИГРЫ ГТО»

I. Общие положения

Настоящий регламент разработан в целях организации проведения мероприятий Фестиваля чемпионов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО» (далее – Фестиваль) и в соответствии с Положением о Фестивале, действующими нормативно-правовыми актами, регулирующими деятельность комплекса ГТО.

Регламент устанавливает:

- порядок формирования сборных 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;
- порядок и правила выполнения и оценку выполнения участниками нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, составляющих спортивную программу первого дня Фестиваля;

- описание пунктов, требований к ним, а также порядок и правила прохождения Эстафеты ГТО (Гонки ГТО).

Организация и проведение первого дня спортивной программы Фестиваля состоит из испытаний (тестов) комплекса ГТО, которые выполняются каждым из участников на максимально возможный результат.

II. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится в г. Кисловодске Ставропольского края (верхняя база «Юг Спорт» (многофункциональный спортивно-тренировочный комплекс) в период с 10 по 14 декабря 2020 года, в том числе 10 декабря – день приезда, 14 декабря – день отъезда.

III. Программа Фестиваля

10 декабря – приезд участников, комиссия по допуску участников, тренировки, культурная программа.

11 декабря – комиссия по допуску, тренировки, подготовительные мероприятия к церемонии открытия (репетиции, оформление), культурная программа.

12 декабря – церемония открытия, соревнования, культурная программа.

13 декабря – соревнования, церемония закрытия и награждения.

14 декабря – отъезд участников.

IV. Порядок формирования команд и состав участников

В соответствии с IV разделом Положения к участию в Фестивале допускаются граждане Российской Федерации, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, и успешно выполнившие нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО с результатами, соответствующими золотому знаку отличия.

Участники должны входить в возрастной диапазон от 18 до 49 лет и относиться к шестой ступени (возрастная группа 18-29 лет), седьмой ступени (возрастная группа – 30-39 лет), восьмой ступени комплекса ГТО (возрастная группа – 40-49 лет).

Численность состава команды ограничена количеством в 7 человек, в том числе:

- 6 участников (1 мужчина, 1 женщина – 18-29 лет; 1 мужчина, 1 женщина – 30-39 лет; 1 мужчина, 1 женщина – 40-49 лет);

- 1 тренер-представитель (при наличии).

Возраст участников Фестиваля в соответствии со степенью комплекса ГТО определяется на 13 декабря 2020 года.

Команды формируются по решению органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, при участии региональных операторов комплекса ГТО.

Для участия в финале Фестиваля все участники должны быть зарегистрированы на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО в информационно-коммуникационной сети Интернет по адресу www.gto.ru, иметь уникальный идентификационный номер (УИН), выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на золотой знак отличия комплекса ГТО в соответствующей (заявленной) возрастной ступени.

Участники, включенные в состав сборной команды, проходят обязательное медицинское обследование, по результатам которого получают медицинское заключение о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям в соответствии с Положением об организации медицинского осмотра (обследования) лиц, занимающихся физической культурой и массовыми видами спорта, утвержденным приказом Минздрава России от 01.03.2016 № 134н «О порядке 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».

Участники должны иметь при себе документ, подтверждающий отрицательный результат лабораторного исследования материала на COVID-19 методом полимеразной цепной реакции (ПЦР), выданный не ранее, чем за 72 часа до момента прибытия в место проведения Фестиваля.

В соответствии с Положением о Фестивале формируется заявка субъекта на участие в Фестивале, которая включает в себя следующие сведения о каждом участнике команды:

- ФИО участника;
- полную дату рождения (число, месяц, год);
- уникальный идентификационный номер участника комплекса ГТО, полученный при регистрации на сайте www.gto.ru;
- степень комплекса ГТО заявляемого участника (определяется по количеству полных лет на 13 декабря 2020 года, в соответствии с возрастной группой соответствующей ступени комплекса ГТО);

- отметка медицинского работника о наличии медицинского допуска к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Заявка заверяется руководителем, либо иным уполномоченным лицом органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, направляющим команду для участия в Фестивале, а также медицинским работником и печатью медицинского учреждения (при наличии ведомственного медицинского учреждения и соответствующей лицензии на право проведения медицинских осмотров).

Допускается предоставление персональных медицинских заключений на каждого члена команды, оформленного в соответствии с установленными требованиями.

В срок до 30 ноября 2020 года заявка направляется в АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов» на электронную почту fest@gto.ru для проверки кандидатов, заявленных к участию, на соответствие требованиям к участникам, установленным Положением, и формирования списков участников Фестиваля.

В случае наличия замечаний по заявке, она возвращается на доработку с указанием причин возврата. Повторно заявка направляется после устранения замечаний.

Вместе с предварительной заявкой в Дирекцию направляется фото участников команды в электронном виде на белом (светлом) фоне, лицо 80%, без посторонних предметов, с указанием в наименовании файла *«Уин участника фестиваля_Фамилия_наименование субъекта»*. Формат файла *.jpg*.

Заявки, поступившие после 30 ноября 2020 года, не рассматриваются, команды к участию в Фестивале не допускаются.

Основанием для командирования команды на Фестиваль является официальный вызов Министерства спорта Российской Федерации. Официальные вызовы командам направляются не позднее, чем за 5 дней до даты проведения Фестиваля.

В соответствии с X разделом Положения о Фестивале на каждого участника должен быть оформлен договор страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения мероприятий Фестиваля (с 10 по 14 декабря 2020 года).

Команда выступает в единой спортивной форме с указанием наименования субъекта Российской Федерации.

V. Организация допуска команд к участию в Фестивале

Рассмотрение заявок и допуск участников к Фестивалю осуществляет комиссия по допуску участников. Комиссия по допуску участников команд к мероприятиям Фестиваля (далее – комиссия по допуску участников) формируется Дирекцией из числа ее сотрудников с включением в состав представителя Главной судейской коллегии Фестиваля, Главного врача соревнований и представителя Минспорта России.

Комиссия по допуску участников работает 10 декабря 2020 года с 15 до 18 часов и 11 декабря 2020 года с 09.00 до 15.00 часов по адресу: Ставропольский край, г. Кисловодск, гора Малое Седло (верхняя станция канатной дороги), территория филиала ФГБУ «Юг спорт», жилой (главный) корпус, актовый зал (1 этаж).

В день приезда руководитель (представитель) команды представляет в комиссию по допуску участников:

- оригинал заявки, заверенный руководителем, либо иным уполномоченным лицом органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта;
- паспорт или документ, удостоверяющий личность 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 01.03.2016 № 134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных 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»;
- справку установленного образца об отсутствии заражения коронавирусной инфекцией COVID-19, выданную уполномоченными организациями по итогам проведения установленных видов исследования;
- полис (оригинал) страхования жизни и здоровья участника от несчастных случаев на период проведения Фестиваля;
- копию полиса обязательного медицинского страхования участника.

Условиями допуска участника к участию в Фестивале и прохождению тестирования являются:

- регистрация на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО по адресу в сети www.gto.ru;

- наличие уникального идентификационного номера (УИН), получаемого по итогам регистрации на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО;
- выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО на золотой знак отличия в соответствующей (заявленной) возрастной ступени комплекса ГТО;
- правильность заполнения данных участника, указанных при регистрации на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО и в именной заявке на участие в Фестивале;
- предъявление документа, удостоверяющего личность;
- наличие медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом;
- предъявление полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения мероприятий Фестиваля;
- предъявление копии полиса обязательного медицинского страхования;
- справка установленного образца об отсутствии заражения коронавирусной инфекцией COVID-19 и контактов с зараженными лицами, выданная уполномоченными организациями по итогам проведения установленных видов исследования.

Участник не допускается к участию в Фестивале в случаях, если он:

- не зарегистрирован на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО по адресу в сети www.gto.ru и ему не присвоен УИН;
- не выполнил нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия в соответствующей (заявленной) возрастной ступени;
- отсутствует в заявке на участие в Фестивале;
- не представил документ, удостоверяющий его личность;
- не имеет или не представил медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом, полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения Фестиваля (с 10-14 декабря 2020 года) и копию полиса обязательного медицинского страхования;
- заявляет об ухудшении физического состояния до начала соревнований или не проходит ежедневную процедуру замера температурного режима;
- не имеет спортивной формы или экипировки для участия в Фестивале;
- допускает недисциплинированное, некорректное поведение или грубость в отношении других лиц (в том числе и судей) 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 и оформляется итоговым

решением комиссии по допуску с указанием причин отказа в допуске (при наличии).

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 АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов».

В случае возникновения медицинских противопоказаний или внештатных (форс-мажорных) ситуаций, по которым участник не может принять участие в соревнованиях, команда допускается в неполном составе с возможностью учета результатов в личном зачете.

Порядок и очередность выступления команд в соревновательной части Фестиваля определяется Главной судейской коллегией после регистрации всех команд участниц путем проведения жеребьевки. Результаты жеребьевки, а также ежедневная программа финала Фестиваля доводится представителям команд на установочном совещании по итогам работы комиссии по допуску.

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

Соревнования Фестиваля являются лично-командными.

Спортивная программа Фестиваля состоит из испытаний (тестов) комплекса ГТО для шестой восьмой ступеней и эстафеты ГТО.

Культурная (вечерняя досуговая) программа определяется организаторами.

Испытания (тесты) комплекса ГТО в рамках программы Фестиваля выполняются в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО, утвержденного Минспортом России от 01 февраля 2018 года.

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

Программой Фестиваля предусмотрено выполнение следующих испытаний (тестов) комплекса ГТО:

№ п/п	День 1. Испытания (тесты) (выполняются на максимальный результат)	
	Женщины	
	Силовые упражнения	
1.	Подтягивание из виса лёжа на низкой	Возрастные группы

	перекладине 90 см (без учета времени)	от 18 до 49 лет
Упражнение на гибкость		
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Возрастные группы от 18 до 49 лет
Упражнение на меткость и навыки стрельбы		
3.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м из электронного оружия (не более 13 минут).	Возрастные группы от 18 до 49 лет
Упражнения на скорость		
4.	Бег на 60 м.	Возрастные группы от 18 до 49 лет
Мужчины		
Силовые упражнения		
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (без учета времени)	Возрастные группы от 18 до 49 лет
Упражнение на гибкость		
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Возрастные группы от 18 до 49 лет
Упражнение на меткость и навыки стрельбы		
3.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м из электронного оружия (не более 13 минут).	Возрастные группы от 18 до 49 лет
Упражнения на скорость		
4.	Бег на 60 м.	Возрастные группы от 18 до 49 лет
День 2.		
Командное соревнование (мужчины и женщины)		
5.	Эстафета ГТО (Гонка ГТО)	Возрастные группы от 18 до 49 лет

Оценка и учет результатов выполнения участником испытаний (тестов) комплекса ГТО спортивной программы первого дня Фестиваля осуществляется с использованием информационной системы «Электронное судейство»

и 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 21.09.2018 г. № 814 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий ВФСК ГТО».

Порядок выполнения и оценки испытаний программы Фестиваля:

1. Бег на 60 метров

Бег проводится в крытом многофункциональном спортивно-тренировочном комплексе.

Дорожки размечаются, ширина линий разметки 5 см, ширина дорожек 1,22+/-0,1 м или более. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

Бег на 60 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 дорожки 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 2-3 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 тестируемому;
- старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела (фальстарт).

2. Подтягивание из виса на высокой перекладине.

Упражнение выполняется в спортивном зале.

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 в течение 1 секунды (до команды судьи «Есть!» или произнесения счета числа засчитанных попыток).

Испытание выполняется на большее количество раз. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги);
- нарушение техники выполнения испытания:
- подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;
- фиксация исходного положения менее 1 с;
- подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, руки на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы вместе, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

Высота грифа перекладины - 90 см по верхнему краю.

Для занятия исходного положения, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от перекладины, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает исходное положение.

Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, возвращается в исходное положение, зафиксировав на 1 секунду (до команды судьи «Есть!» или произнесения счета числа засчитанных попыток) и продолжает выполнение испытания.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки, отсутствии прямой линии тела между головой, туловищем и ногами);
- нарушение техники выполнения испытания;
- подтягивание выполнено с нарушением прямой линии «голова - туловище – ноги»;
- подбородок тестируемого не поднялся выше грифа перекладины;

- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук;
- отсутствие фиксации на 1 секунду исходного положения.

3. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической 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!»).

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

4. Стрельба с применением стрелкового электронного компьютерного тренажера (комплекс) («ЭКК» – «электронное оружие») из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 метров.

Выполняется на дистанции 10 метров по мишени № 8 из положения сидя и с опорой локтей о стол. Участнику дается три пробных и пять зачётных выстрелов. Время выполнения упражнения – 10 минут. Время на подготовку – 3 минуты.

Стрелковый электронный компьютерный тренажер (комплекс) («ЭКК» – «электронное оружие») – аппаратно-программный комплекс, позволяющий объективно оценивать стрелковые навыки испытуемых в рамках комплекса ГТО.

Требования к стрельбе с применением «электронного оружия»:

а) в качестве оружия в комплексе могут применяться пневматические винтовки с прицельными приспособлениями открытого типа (прицельная планка, пеньковая мушка) весом до 4 кг.

б) производство и фиксация «выстрела» используемого оружия должны происходить при срабатывании штатного ударно-спускового механизма (УСМ)

или его имитатора, и сопровождаться соответствующими звуковыми ощущениями у стрелка;

в) подготовка оружия к каждому следующему выстрелу не может быть произведена без изменений в изготовке стрелка, т.е. должна производиться со смещением и/или отрывом локтей от поверхности стола, или стойки при взводе боевой пружины, взводе УСМ или его имитатора пневматической винтовки;

г) программное обеспечение комплекса должно позволять производить поправки по результатам пробных выстрелов каждого испытуемого в соответствии с рекомендациями и правилами Минспорта России по проведению и судейству испытаний в рамках комплекса ГТО;

д) погрешности комплекса при измерении положения виртуальной «пробоины» калибра 4,5 мм на мишени № 8 не должны превышать 0,5 мм на дистанции 10 метров.

Участник обязан:

- выполнять все команды руководителя стрельбы (судьи) и оператора комплекса «ЭКК»;
- держать оружие только стволом в направлении линии мишеней;
- стрелять только после команды «Огонь!» и до команды «Отбой!» или «Прекратить стрельбу!»;
- докладывать руководителю стрельбы о неисправности оружия;
- прекратить стрельбу при появлении в огневой зоне человека или животного;
- по окончании стрельбы аккуратно положить оружие стволом в направлении линии мишеней;
- бережно относиться к оружию и прочему оборудованию.

Участнику запрещается:

- занимать огневую позицию, брать оружие, прицеливаться и производить стрельбу без команды руководителя стрельбы;
- 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 теста.

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

По команде руководителя стрельбы «Очередная смена – приготовиться!» участники подходят к оператору комплекса, представляются, называя свои ФИО и УИН (возможно сканирование уникального QR-кода судьями при фиксации результатов с помощью АИС «Электронное судейство»).

Оператор комплекса «ЭКК» дает указание участникам – какие огневые позиции (номера щитов) они должны занять по команде руководителя стрельбы и заносит соответствующую информацию в компьютер.

Участники становятся напротив своих огневых позиций и по команде руководителя стрельбы «Занять огневые позиции!», «Прицелиться!» и «Без команды не стрелять!» занимают соответствующие оборудованные места для стрельбы, берут оружие (макеты) и прицеливаются в мишени, не касаясь спускового крючка.

Руководитель стрельбы оценивает правильность изготовления, принятой участниками, и, в случае необходимости, вносит индивидуальные коррективы.

Оператор комплекса «ЭКК» в это время контролирует работоспособность оборудования на каждой огневой позиции и оценивает правильность прицеливания участниками по изображению соответствующей отметки (информации) на экране компьютера. В случае необходимости совместно с руководителем стрельбы вносит индивидуальные коррективы в изготовление и прицеливание.

Руководитель стрельбы подает команду «Три пробных выстрела! Огонь!».

Оператор комплекса «ЭКК» одновременно инициирует на компьютере начало отсчета времени на пробные выстрелы. По окончании времени, отведенного на пробные выстрелы или выполнение пробных выстрелов всеми участниками смены, оператор сигнализирует (говорит) руководителю стрельбы, и тот подает участникам команду «Отбой!».

По команде «Отбой!» участники должны положить макет оружия стволом, направленным в сторону линии мишеней.

По результатам пробных выстрелов компьютерный комплекс автоматически или оператор комплекса «ЭКК» вручную вводит индивидуальные поправки (в случае необходимости – после консультации с участником) по средней точке попадания пробных выстрелов.

После ввода поправок для всех участников в смене руководитель стрельбы подает команду «Пять зачетных выстрелов!», «Приготовиться!», «Без команды не стрелять!». После этого оператор комплекса «ЭКК» инициирует начало отсчета

времени на зачетные выстрелы в компьютере, и по его сигналу руководитель стрельбы дает команду «Огонь!».

По завершении последнего зачетного выстрела в смене или по окончании времени, отведенного на зачетные выстрелы, оператор комплекса «ЭКК» сигнализирует руководителю стрельбы, и тот подает команду «Прекратить стрельбу! Положить оружие!».

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

В случае одинакового количества очков у двух и более команд по итогам первого дня соревнований и отсутствию у них штрафного времени, к участию во втором соревновательном дне (Эстафета ГТО) допускается команда, участники которой заняли наибольшее количество призовых мест при выполнении отдельных видов упражнений и в многоборье ГТО. Если не будет выявлен победитель, дополнительно проводится жребий, по результатам которого определяется команда, допущенная до второго дня соревнований (Эстафета ГТО).

При подведении итогов в личном многоборье ГТО (в каждой возрастной ступени и гендерной группе), в случае одинакового количества баллов у двух и более участников, победа присуждается участнику, показавшему лучший результат по упражнению на скорость (бег на 60 м с учетом долей секунды).

Подведение итогов по каждому виду упражнений в случае одинаковых баллов, показанных участниками в каждой возрастной ступени и гендерной группе определяется:

- Чемпион ГТО: скорость (бег на 60 м) – по лучшему времени с учетом долей секунды. В случае, если участники показывают одинаковое время, производится повторный совместный забег;
- Чемпион ГТО: сила (подтягивание) – по наименьшему времени, затраченному на выполнение упражнения. В случае, если участники показывают одинаковое время, упражнение проводится повторно на максимальное количество раз за 1 минуту;
- Чемпион ГТО: гибкость (наклон) – по наименьшей длине ладони;
- Чемпион ГТО: меткость (стрельба) – по наилучшему достоинству пробоин. Момент выстрела фиксируется на экране в виде пробоины. Вся информация о прицеливании и координаты пробоины сохраняются в памяти компьютера для последующего анализа.

Эстафета ГТО (Гонка ГТО).

Эстафета ГТО (Гонка ГТО) – командное соревнование, в котором в обязательном порядке участвуют команды, занявшие с 1 по 14 места

в общекомандном зачете по итогам первого соревновательного дня Фестиваля (по сумме очков, набранных каждым участником команды).

Эстафета проходит на 7 дорожках, где одновременно стартуют 7 участников одного возраста каждой из 14 команд (в команде по 3 мужчины и по 3 девушки трёх разных возрастных групп), и проходят 5 «пунктов» дистанции, состоящей из модифицированных нормативов комплекса ГТО на скорость (с наименьшими время затратами).

Участник команды, стартовавший первым, проходит все «пункты» на своей дорожке, и пересекает финишную линию (отметку), затем возвращается на старт, где передает эстафету касанием ладоней следующему участнику команды, давая старт следующему участнику команды.

Командным временем считается время пересечения последним (шестым) участником финишной черты.

По всей дистанции с участниками продвигается рефери команды, оценивающих правильность выполнения упражнений и производящий подсчет количества повторений. Также рефери фиксирует нарушения, за которые начисляется штрафное время команде.

Результаты эстафеты по времени ее прохождения и правильности выполнения упражнений, составляют итоговый общекомандный зачет, который формируется из 14 команд, участвующих в эстафете ГТО (гонке ГТО).

Эстафета проводится на специально застроенной дистанции в крытом многофункциональном спортивно-тренировочном комплексе ФГБУ «Юг Спорт» (г.Кисловодск).

1 пункт дистанции:

«Прыжок в длину с места» на указанное в таблице ниже расстояние с фиксацией результата по линии пятки обуви фитнес-инструктором.

После подтверждения зачетного расстояния прыжка, участник возвращается на линию 1 пункта и выполняет прыжок повторно.

Общее число повторений - 5 раз.

После прохождения 1 пункта, участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступает к преодолению 2 пункта.

2 пункт дистанции:

Отжимание от пола с касанием грудной клеткой специализированной контактной платформы, имеющей высоту 5 см от поверхности пола.

Участник производит отжимания из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разогнуты, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью контактной платформы, затем вернуться в исходное положение и продолжить выполнение тестирования.

Участник выполняет отжимание необходимое количество раз, указанное в таблице ниже.

После прохождения 2 пункта, участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступает к преодолению 3 пункта.

3 пункт дистанции:

Рывок гири весом 16 кг (для мужчин).

Участник выполняет рывок гири необходимое количество раз, указанное в таблице ниже.

Участник выполняет испытание в спортивной форме, позволяющей судьям определять выпрямление работающей руки и разгибание ног в тазобедренных и коленных суставах (рекомендуется футболка с коротким рукавом и шорты).

Для выполнения испытания используется гиря весом 16 кг. Засчитывается суммарное количество правильно выполненных рывков гири правой и левой рукой.

Техника выполнения испытания:

Участник должен, оторвав гирю от помоста, непрерывным движением поднять её вверх до полного выпрямления руки и зафиксировать в верхнем положении не менее чем на 0,5 секунды.

При этом работающая рука, ноги и туловище должны быть выпрямлены, движение гири и участника остановлены. После фиксации вверху участник должен, не касаясь гирей туловища, опустить ее вниз (без касания помоста) для выполнения следующего подъема.

Рывок гири выполняется в один приём, сначала одной рукой, затем, без перерыва, другой. Переход к выполнению упражнения другой рукой может быть сделан только один раз. Для смены рук разрешено использовать дополнительные замахи.

Участник может начинать испытание с любой руки и переходить к выполнению испытания второй рукой в любое время, отдыхать, держа гирю в верхнем либо нижнем положении.

Во время выполнения испытания судья засчитывает каждый правильно выполненный рывок гири после фиксации не менее чем на 0,5 секунды.

Засчитывается количество правильно выполненных рывков гири правой и левой рукой.

Если участник оторвет гирю до команды «Старт!», судья останавливает выполнение командой «Стоп!», после чего гиря устанавливается в первоначальное положение.

Для начала выполнения упражнения судья вновь подает команду «Старт!». При нарушении правил техники рывка судья на помосте подает команды: «Не считать!».

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- дожим гири;
- касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки;
- изгиб и скручивание туловища, сгибание в тазобедренном суставе в момент фиксации гири.

Испытание прекращается судьей в следующих случаях:

- постановка гири на голову, плечо, грудь, ногу или помост;
- выход за пределы помоста;
- многократное нарушение правил выполнения упражнения (техническую неподготовленность).

Во время выполнения испытания не допускается:

- использование каких-либо приспособлений, облегчающих подъем гири, в том числе гимнастические накладки;
- использование канифоли для подготовки ладоней

Приседание с гирей весом 8 кг (для женщин).

Участницы выполняют приседание с гирей необходимое количество раз, указанное в таблице ниже.

Приседание выполняется из исходного положения: ноги стоят шире плеч, стопы стоят параллельно, гиря держится двумя руками за дужку, на уровне груди, допускается прижимать гирю к груди. Приседание осуществляется до тех пор, пока таз не опустится ниже линии колен (90 градусов). После необходимо подняться в исходное положение.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- гиря выше/ниже уровня груди;
- приседание сделано не до конца (таз не опущен ниже уровня колен – меньше 90 градусов)

После прохождения 3 пункта, участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до следующего снаряда и приступает к преодолению 4 пункту.

4 пункт дистанции:

Поднятие туловища из положения лежа (упражнение на мышцы пресса).

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

(коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Упражнение выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Удержание ног может осуществляться участником в специальном пазе спортивного снаряда специального лицензионного оборудования самостоятельно.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза)
- изменение прямого угла согнутых ног.

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

5 пункт дистанции:

Подтягивание из виса на высокой перекладине (для мужчин) и низкой перекладине (для женщин).

Упражнение выполняется в соответствии с требованиями, указанными в методических рекомендациях Минспорта России от 01 февраля 2018 года и описанными подробно выше (в рамках первого дня Фестиваля).

После прохождения 5 пункта, участник перебегает короткую дистанцию (3-5 метров) до финишной черты и пересекает ее (этот момент является моментом фиксации времени прохождения дистанции и уходит в протокол).

Таблица требований к прохождению каждого пункта Эстафеты (Гонки ГТО)

Мужчины: 18-29 лет, 30-39 лет, 40-49 лет.	1. Прыжок в длину	2. Отжимание	3. Рывок гири, одной рукой, смена рук любая	4. Пресс (без лимита в 1 минуту)	5. Подтягивание на турнике без рывков
	Длина прыжка: 180 см		Вес: 16 кг		
	Кол-во раз: 5		Кол-во раз: 20		
		Кол-во раз: 25		Кол-во раз: 30	Кол-во раз: 10
Женщины: 18-29 лет, 30-39 лет, 40-49 лет.	1. Прыжок в длину	2. Отжимание	3. Приседание с гирей в руках:	4. Пресс (без лимита в 1 минуту):	5. Подтягивание на низкой перекладине:
	Длина прыжка: 150 см		Вес: 8 кг		
	Кол-во раз: 5		Кол-во раз: 15		
		Кол-во раз: 10		Кол-во раз: 20	Кол-во раз: 8

Команда, прошедшая Эстафету (дистанцию Гонки ГТО) с минимальным временем по результатам 2 забегов (всех 14 команд), становится победителем и занимают 1, 2 и 3 место на пьедестале соответственно.

Победители Эстафеты (Гонки ГТО) получают золотые, серебряные или бронзовые медали и дипломы «Игр ГТО 2020».

Участники эстафеты не должны нарушать маршрут движения (сокращать маршрут) и правила передачи эстафеты. Все участники должны избегать действий или поведения, способных помешать на дистанции другим участникам.

Штрафы:

Передача вне коридора – 3 с.

Фальшстарт участника команды – 5 с.

Нарушение правил передачи эстафеты ладонью – 5 с.

Участник не сделал нужное количество повторений, перейдя к следующему пункту – 5с за каждое не сделанное повторение.

Препятствие соперникам в свободной передаче эстафеты ладонью или прохождении дистанции – 10 с.

Общее время прохождения всех пунктов каждым участником команды суммируется со штрафными секундами, полученными участниками команды во время прохождения пунктов и затем определяется итоговый результат эстафеты.

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 количество времени, нет штрафного времени, победитель определяется по наибольшему количеству баллов по итогам первого соревновательного дня. При равенстве показателей победитель определяется по количеству участников, которые заняли наибольшее количество призовых мест при выполнении отдельных видов упражнений и в многоборье ГТО. Если данные способы подведения итогов не выявят победителя, дополнительно проводится жребий, по результатам которого определяется команда-победитель Фестиваля «Игры ГТО».

VII. Порядок и условия подачи заявления, протеста, апелляции

5.1. В случае неправильных, по мнению участников, решений отдельных спортивных судей на виде или при возникновении каких-либо вопросов, участник либо представитель команды может обратиться в ГСК с заявлением.

5.2. Заявление делается в устной форме непосредственно в ходе соревнования соответствующему старшему судье на виде 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 один час 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.

5.3. 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 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.

5.4. 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 команд.

5.5. Если участник или представитель команды подает необоснованный протест, мешая этим ходу соревнования, Главный судья имеет право сделать ему предупреждение, а в случае повторного необоснованного протеста имеет право отстранить его от участия в соревнованиях, а представителя команды удалить за пределы места проведения соревнований.

5.6. 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.

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

VIII. Подведение итогов

Результаты выполнения испытаний на максимальное количество раз каждым участником (в рамках первого соревновательного дня) фиксируются и вносятся в протокол в соответствии с утвержденными государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения, а также загружаются в автоматизированную информационную систему «Электронное судейство».

Личный зачет по итогам соревнований подводится отдельно среди мужчин и женщин по каждому виду физических кондиций отдельно, в каждой возрастной ступени.

Личный зачет подводится также по наибольшей сумме очков, набранных отдельно у мужчин и женщин, в каждой возрастной ступени (без привязки к отдельным видам физических кондиций).

Командный зачет по итогам первого дня Фестиваля подводится по сумме очков, набранных всеми представителями в составе команды одного субъекта.

Соотношение полученных результатов и очков 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 21 сентября 2018 г. № 814.

Победители в командном соревновании Эстафета ГТО (Гонка ГТО) определяются по наименьшему затраченному времени и с учетом правильности выполнения упражнений на прохождение всех пунктов Эстафеты (гонки ГТО) всеми участниками команды.

Победители Фестиваля «Игры ГТО» определяются по итогам прохождения Эстафеты ГТО (Гонки ГТО).