

«Утверждаю»

Заместитель министра спорта  
Алтайского края

И.А. Субочев

2025 г.



«Утверждаю»

Президент региональной  
физкультурно-спортивной  
общественной организации  
«Федерация Многоборья Готов к  
труду и обороне  
Алтайского края»

А.В. Шамехин

2025 г.



«Утверждаю»

Председатель регионального  
отделения Алтайского края  
ОФСО «Федерация армейской  
тактической стрельбы в России»

В.Г. Коваленко

2025 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении краевого фестиваля Многоборья ГТО

г. Барнаул, 2025

## I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Краевой фестиваль Многоборье ГТО (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с разделом 1.1. приказа Министерства спорта Алтайского края от 12.12.2024 № 698 «Об утверждении Единого краевого календарного плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на 2025 год».

Фестиваль проводится в соответствии с требованиями следующих документов:

Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 01 февраля 2018 г. (к Государственным требованиям ВФСК ГТО на 2018-2021 г., утвержденным от 19 июня 2017 г. №542);

регламент по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 (утв. Министерством спорта РФ и Главным государственным санитарным врачом РФ 31 июля 2020 г.).

Фестиваль проводится с целью привлечения различных категорий населения к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

популяризация многоборья ГТО среди различных возрастных групп населения;

повышения уровня физической подготовленности населения;

пропаганда здорового образа жизни;

создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;

Привлечение внимания государственных структур и общественных организаций к развитию и внедрению многоборья ГТО в стране;

мониторинг уровня физического развития и физической подготовленности населения в возрасте от 6 до 70 лет и старше.

На фестивале запрещается применение электронных устройств, создающих высокодисперсный пар (аэрозоль), предназначенный для ингаляции (вдыхания). Их использование приравнивается к курению и влечет наложение соответствующих санкций, т.к. может использоваться как в качестве электронного средства доставки никотина (ЭСДН).

Антидопинговое обеспечение в Российской Федерации осуществляется в соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24.06.2021 № 464 «Об утверждении Общероссийских антидопинговых правил».

Фестиваль проводится в рамках противодействия идеологии терроризма.

**Данное положение является официальным вызовом на Фестиваль.**

## **II. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Общее руководство по подготовке, организации и проведению соревнований осуществляют:

Региональное отделение Алтайского края ОФСО «Федерация армейской тактической стрельбы в России»;

Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация Многоборья Готов к труду и обороне Алтайского края», при информационной и консультационной поддержке Министерства спорта Алтайского края.

Ответственность за выполнение требований безопасности при проведении соревнований возлагается на региональную физкультурно-спортивную общественную организацию «Федерация Многоборья Готов к труду и обороне Алтайского края».

Главный судья: Подберезко Наталья Анатольевна

Главный секретарь: Шамехина Мария Юрьевна

## **III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.

Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника спортивных соревнований. Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счет бюджетных, так и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.

Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации 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 физкультурных и спортивных мероприятиях"

Антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными приказом Минспорта России от 24 июня 2021 г. № 464.

В соответствии с пунктом 12.14.1. Общероссийских антидопинговых правил, ни один спортсмен или иное лицо, в отношении которого была применена дисквалификация, не имеет права во время срока дисквалификации участвовать ни в каком качестве в спортивных соревнованиях.

#### IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СПОРТИВНОМ СОРЕВНОВАНИИ

№ п/п	Место проведения спортивных соревнований (муниципальное образование Алтайского края, населенный пункт, наименование объекта спорта), номер этапа Кубка Алтайского края (для Кубка Алтайского края), наименование краевого спортивного соревнования	Характер подведения итогов спортивного соревнования <sup>(3)</sup>	Планируемое количество участников спортивного соревнования (чел.)	Состав спортивной сборной команды муниципального образования Алтайского края <sup>(4)</sup>				Квалификация спортсменов (спортивный разряд) <sup>(6)</sup>	Группы участников спортивных соревнований по полу и возрасту в соответствии с ЕВСК <sup>(7)</sup>	Программа спортивного соревнования			
				Всего	В том числе					Сроки проведения, в том числе дата приезда и дата отъезда	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Количество видов программы/ медалей
Спортивных смен (мужчин/женщин) <sup>(5)</sup>	Тренеров	Спортивных судей											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Фестиваль Многоборья ГТО; Алтайский край, г. Барнаул, ул. Комсомольский проспект 69а, (манеж АлтГТУ).	К	100	6	3/3	1		-	Мужчины и женщины 18 и старше	13 сентября	Дистанция- группа, «Гонка ГТО, классика»	1840011 121Г/ 1960001 311Я	1/18
				4	4/-	1			Мужчины 18 и старше	13 сентября	Дистанция- группа, «Гонка ГТО, классика»	1840011 121Г/ 1960001 311Я	1/12
				8	4/4	1			Юноши и девушки 12-15 лет	13 сентября	Дистанция- группа, «Гонка ГТО, классика»	1840011 121Г/ 1960001 311Я	1/24

## V. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится 13 сентября 2025 года с 11:00ч. до 15:00ч по адресу город Барнаул, ул. Комсомольский проспект 69а, (манеж АлтГТУ).

## VI. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Фестиваль проводится среди граждан Российской Федерации, систематически занимающихся физической культурой и спортом и зарегистрированных на Всероссийском интернет-портале ВФСК ГТО по адресу в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [www.gto.ru](http://www.gto.ru), и имеющих уникальный идентификационный номер участника (УИН), медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Фестиваль проводится в трех категориях:

- 1) Мужские команды, состав команды: 4 человека, возраст от 18 лет и старше;
- 2) Смешанные команды, состав команды: 1 мужчина и 1 женщина 20-29 лет; 1 мужчина и 1 женщина 30-39 лет, 1 мужчина и 1 женщина 40-49 лет;
- 3) Команды школьников, состав команды: 2 юноши и 2 девушки 12-13 лет, 2 юноши и 2 девушки 14-15 лет.

## VII. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЯ

### 13 сентября (суббота)

10:00 - 10:30 - регистрация команд-участниц;

10:30 - 11:00 - открытие соревнования;

11:00 - 13:00 - выполнение упражнений командами;

13:00 - 14:00 - закрытие фестиваля, награждение.

### Категория команды школьников:

#### «Гонка ГТО, классика» со стрельбой.

Соревнование командное, участвуют все участники команды.  
Очередность выступления по этапам:

- 1 этап - девушки 12-13 лет;
- 2 этап - девушки 12-13 лет;
- 3 этап - девушки 14-15 лет;
- 4 этап - девушки 14-15 лет;
- 5 этап - юноши 12-13 лет;
- 6 этап - юноши 12-13 лет;

7 этап - юноши 14-15 лет;

8 этап - юноши 14-15 лет;

Участники поочередно правильно выполняют упражнения за максимально короткое время:

### **1. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»**

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние не меньше 170 см для юношей и 150 см для девушек.

Общее число повторений – 3 раза.

После выполнения прыжка участник выходит вперед из сектора для прыжков, оббегает конус, возвращается на линию отталкивания и выполняет следующую попытку. В случае удачной попытки судья называет счет правильно выполненных попыток, в случае неудачной попытки - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После заключительной попытки участник перебегает на следующий этап гонки. В случае неудачных попыток участник может выполнить дополнительные попытки до заданного числа повторений.

Ошибки, при которых попытка не засчитывается:

- прыжок с предварительного подскока или отталкиванием одной ногой;

- заступ за линию отталкивания;

- выход из сектора в сторону, а не вперед;

- результат прыжка меньше зачетного.

### **2. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».**

Необходимо выполнить 20 повторений для юношей и 10 повторений для девушек.

Участник принимает положение упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию.

По команде судьи «Можно», участник начинает выполнять упражнение. При сгибании рук должно произойти касание грудью контактной платформы высотой 5 см, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях.

После каждого правильно выполненного повторения судья называет счет правильно выполненных повторений. Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- нарушение прямой линии туловище - ноги;

- отсутствие касания средней частью груди контактной платформы;

- отсутствие полностью выпрямленных рук при возвращении в исходное положение;

- локти разведены более чем на 45° от туловища.

### **3. «Поднимание туловища из положения лежа на спине».**

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине юноши - 20 повторений, девушки - 20 повторений.

Участник принимает исходное положение лежа на гимнастическом мате (или специальной скамье), руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу или скамье. По команде «Можно» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в исходное положение. После каждого повторения (при возвращении в исходное положение) судья называет счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата (специальной скамьи);
- размыкание пальцев «из замка»;
- смещение таза или поднимание таза.

### **4. Берпи с перепрыгиванием через гриф**

Участник выполняет 10 повторений.

Участнику необходимо подбежать к грифу штанги, встать боком к ней. Из положения стоя, принять упор лежа, затем сгибая руки в локтях опуститься бедрами и грудью на пол и оторвать кисти рук от пола, затем в обратной последовательности вернуться в исходное положение и совершить прыжок двумя ногами с перепрыгиванием штанги боком и приземлением на обе ноги. Счет судья называет вверху, когда участник приземлился.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- если отталкивание происходит одной ногой;
- приземление на одну ногу;
- если выполняется перешагивание грифа штанги;
- участник приземлился одновременно на ноги и руки;
- участник в положение лежа не оторвал кисти рук от пола..

### **5. «Тактическая стрельба».**

Стрельба происходит лазерным оружием по электронным мишеням. При попадании в мишень она падает и считается пораженной. Спортсмену необходимо поразить 6 мишеней. Каждое поражение мишени происходит со мной положения стрельбы: стоя, колена, лежа, стоя, колена, лежа.

#### **Возвратный бег.**

Гонка команды считается завершенной, когда последний участник гонки



пересекает стартовую (финишную) линию.

В «Гонке ГТО - классика» предусмотрена система штрафов:

- фальстарт или необбегание поворотного конуса + 10 сек;
- участник не выполнил нужное количество повторений + 10 сек.

За каждое невыполненное повторение.

При определении результата время прохождения «Гонки ГТО» суммируется со штрафными секундами всех участников.

### **Категория смешанные команды:**

#### **«Гонка ГТО, классика» со стрельбой.**

Соревнование командное, участвуют все участники команды.  
Очередность выступления по этапам:

- 1 этап - женщина 20-29 лет;
- 2 этап - женщина 30-39 лет;
- 3 этап - женщина 40-49 лет;
- 4 этап - мужчина 20-29 лет;
- 5 этап - мужчина 30-39 лет;
- 6 этап - мужчина 40-49 лет.

Участники поочередно правильно выполняют упражнения за максимально короткое время:

#### **1. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»**

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние не меньше 180 см для мужчин и 160 см для женщин.

Общее число повторений – 3 раз для мужчин и 3 раза для женщин.

После выполнения прыжка участник выходит вперед из сектора для прыжков, оббегает конус, возвращается на линию отталкивания и выполняет следующую попытку. В случае удачной попытки судья называет счет правильно выполненных попыток, в случае неудачной попытки - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После заключительной попытки участник перебегает на следующий этап гонки. В случае неудачных попыток участник может выполнить дополнительные попытки до заданного числа повторений.

Ошибки, при которых попытка не засчитывается:

- прыжок с предварительного подскока или отталкиванием одной ногой;
- заступ за линию отталкивания;
- выход из сектора в сторону, а не вперед;
- результат прыжка меньше зачетного.

#### **2. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».**

Необходимо выполнить 20 повторений для мужчин и 10 повторений для

женщин.

Участник принимает положение упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию.

По команде судьи «Можно», участник начинает выполнять упражнение. При сгибании рук должно произойти касание грудью контактной платформы высотой 5 см, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях.

После каждого правильно выполненного повторения судья называет счет правильно выполненных повторений. Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- нарушение прямой линии туловище - ноги;
- отсутствие касания средней частью груди контактной платформы;
- отсутствие полностью выпрямленных рук при возвращении в исходное положение;
- локти разведены более чем на 45° от туловища.

### **3. «Рывок гири весом 16 кг», «приседание с гирей 8 кг».**

Участникам необходимо выполнить рывок гири 16 кг для мужчин - 20 повторений и приседания с гирей 8 кг для женщин - 20 повторений.

Участник не ждет команду, а сразу приступает к выполнению. Во время каждого повторения нужно поднимать гирю вверх непрерывным движением до полного выпрямления руки и принять положение фиксации (ноги и туловище выпрямлены, рука с гирей вертикальна, все части тела и гиря неподвижны). Как только участник принимает положение фиксации, судья говорит счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой судья подает команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После команды судьи можно опускать гирю вниз (не касаясь туловища) для выполнения следующего подъема. Во время упражнения можно один раз сменить рабочую руку. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- касание свободной рукой любой части тела;
- не полностью прямая рука при остановке гири наверху с последующим ее выпрямлением («дожим»); отсутствие положения фиксации.

Приседания с гирей 8 кг.

Участник поднимает гирю с помоста на уровень груди (можно касаться груди) и принимает исходное положение с полностью прямыми ногами и вертикальным туловищем. По команде судьи «Можно», начинает выполнять упражнение. Приседания выполняется до положения, когда верхняя часть бедра параллельна или ниже параллели с полом. При возвращении в

исходное положение нужно полностью выпрямить ноги и принять вертикальное положение туловища. После каждого правильно выполненного повторения судья подает команду «Есть». Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет» и называет ошибку. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- приседание недостаточно глубокое (бедра не достигли уровня параллели с полом);
- отсутствие полностью прямых ног при возвращении в исходное положение;
- отсутствие вертикального положения туловища (нет выпрямления в тазобедренных суставах);
- опускание гири от груди.

#### **4. «Поднимание туловища из положения лежа на спине».**

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине мужчины - 20 повторений, женщины - 20 повторений.

Участник принимает исходное положение лежа на гимнастическом мате (или специальной скамье), руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу или скамье. По команде «Можно» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в исходное положение. После каждого повторения (при возвращении в исходное положение) судья называет счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата (специальной скамьи);
- размыкание пальцев «из замка»;
- смещение таза или поднимание таза.

#### **5. Запрыгивание на короб**

Участник подбегает к месту выполнения упражнения, выполняет 20 повторений двумя ногами из положения стоя, фиксируется на коробе (выпрямление ног в коленном суставе), осуществляет сшагивание назад.

Ошибки, при которых попытки не засчитываются:

- запрыгивание на короб ногами поочередно;
- фиксация ног на коробе;
- стопы не полностью находятся на коробе;

- спрыгивание с короба.

## **6. «Тактическая стрельба».**

Стрельба происходит лазерным оружием по электронным мишеням. При попадании в мишень она падает и считается пораженной. Спортсмену необходимо поразить 6 мишеней. Каждое поражение мишени происходит со сменой положения стрельбы: стоя, колена, лежа, стоя, колена, лежа.

### **Возвратный бег.**

Гонка команды считается завершенной, когда последний участник гонки пересекает стартовую (финишную) линию.

В «Гонке ГТО - классика» предусмотрена система штрафов:

- фальстарт или необбегание поворотного конуса + 10 сек;
- участник не выполнил нужное количество повторений + 10 сек.

За каждое невыполненное повторение.

При определении результата время прохождения «Гонки ГТО» суммируется со штрафными секундами всех участников.

### **Категория команды мужчин:**

#### **«Гонка Чемпионов».**

Соревнования состоят из прохождения всеми участниками поочередно за максимально короткое время дистанции, состоящей из 6 этапов:

#### **1. Подъем диска для штанги с пола вверх над головой 10 кг необходимо выполнить 30 повторений.**

Правила выполнения испытания:

Участник, приняв исходное положение, ноги на ширине плеч руки опущены вниз не дожидаясь команды, сразу приступает к выполнению. Взяв диск от штанги двумя руками участнику необходимо поднять его вверх непрерывным движением до полного выпрямления рук в локтевых суставах и принять положение фиксации (ноги и туловище выпрямлены, руки с диском вертикальны, все части тела и диск неподвижны). Как только участник принимает положение фиксации, судья говорит счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой судья подает команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. Затем участник опускает снаряд до касания им пола.

Ошибки:

- руки или ноги не выпрямлены;
- снаряд не коснулся пола;
- туловище не вертикально.

#### **2. 30 прыжков на короб 50 см.**

Правила выполнения испытания:

Участник подбегает лицом к коробу. Без предварительной команды судьи необходимо толчком двумя ногами запрыгнуть на короб так, чтобы стопы полностью находились на его верхней поверхности. На тумбе необходимо

выполнить полное выпрямление коленных и тазобедренных суставов. Услышав команду судьи «есть» или счет необходимо произвести сшагивание с тумбы на пол и произвести следующее повторение.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- участник выполнил подъем на тумбу не прыжком, а зашагиванием;
- участник выполнил прыжок отталкиванием одной ногой;
- участник не выполнил выпрямление коленных и тазобедренных суставов;
- стопы участника не полностью находятся на верхней поверхности тумбы;
- возвращение в исходное положение происходит прыжком, а не сшагиванием.

### **3. 30 рывков гири 16кг.**

Участник не ждет команду, а сразу приступает к выполнению. Во время каждого повторения нужно поднимать гирю вверх непрерывным движением до полного выпрямления руки и принять положение фиксации (ноги и туловище выпрямлены, рука с гирей вертикальна, все части тела и гиря неподвижны). Как только участник принимает положение фиксации, судья говорит счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой судья подает команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После команды судьи можно опускать гирю вниз (не касаясь туловища) для выполнения следующего подъема. Во время упражнения можно один раз сменить рабочую руку. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- касание свободной рукой любой части тела;
- не полностью прямая рука при остановке гири наверху с последующим ее выпрямлением («дожим»); отсутствие положения фиксации.

### **4. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».**

**Необходимо выполнить 30 повторений;**

Участник принимает положение упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию.

По команде судьи «Можно», участник начинает выполнять упражнение. При сгибании рук должно произойти касание грудью контактной платформы высотой 5 см, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях.

После каждого правильно выполненного повторения судья называет счет правильно выполненных повторений. Если повторение выполнено с ошибкой - команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- нарушение прямой линии туловище - ноги;
- отсутствие касания средней частью груди контактной платформы;
- отсутствие полностью выпрямленных рук при возвращении в исходное положение;
- локти разведены более чем на 45° от туловища.

### **5. 30 подниманий туловища из положения лежа на спине;**

Участник принимает исходное положение лежа на гимнастическом мате (или специальной скамье), руки за головой в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу или скамье. По команде «Можно» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в исходное положение. После каждого повторения (при возвращении в исходное положение) судья называет счет правильно выполненных повторений, если повторение выполнено с ошибкой команду «Нет», называет ошибку и предыдущий счет. После выполнения нужного количества правильных повторений, участник перебегает на следующий этап гонки.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата (специальной скамьи);
- размыкание пальцев «из замка»;
- смещение таза или поднимание таза.

### **6. «Тактическая стрельба».**

Стрельба происходит лазерным оружием по электронным мишеням. При попадании в мишень она падает и считается пораженной. Спортсмену необходимо поразить 6 мишеней. Каждое поражение мишени происходит со мной положения стрельбы: стоя, колено, лежа, стоя, колено, лежа.

#### **Возвратный бег.**

Гонка команды считается завершенной, когда последний участник гонки пересекает стартовую (финишную) линию.

В «Гонка Чемпионов» предусмотрена система штрафов:

- фальстарт или необбегание поворотного конуса + 5 сек;
- участник не выполнил нужное количество повторений + 10 сек.

За каждое невыполненное повторение.

При определении результата время прохождения «Гонки Чемпионов» суммируется со штрафными секундами всех участников.

Организаторы оставляют за собой право вносить изменение в программу фестиваля, изменения сроков, места и времени проведения фестиваля.

## **VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды, занявшие 1, 2 и 3 места по итогам в каждой категории фестиваля награждаются кубками и дипломами, а участники команд

медалями организаторов Фестиваля.

### **IX. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ**

Предварительные заявки для участия в соревнованиях направляются **не позднее 5 сентября 2025 г.** на электронный адрес: [altay@gto.com.ru](mailto:altay@gto.com.ru) по форме (приложение №1).

Основная заявка(пр. №1), согласие(пр. №2), команда приносит непосредственно на соревнование и передает главному судье.

Вопросы по предварительной заявке и другим документам можно уточнить по тел. 8-902-999-90-70, 8 961 236-24-63

### **X. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Выделение средств, связанных с оплатой типографических услуг, услуг по организации и проведению, полиграфической продукции по действующим расценкам или договорным ценам в объемах, обеспечивающих наиболее экономическое проведение физкультурных и спортивных мероприятий и рациональное использование средств, сувенирной продукции для участников физкультурных и спортивных мероприятий, а также расходов на спортивный инвентарь, аренду, награждению победителей и призеров кубками (9 шт), медалями (54 шт), дипломами (9 шт) производится КАУ «Хоккейный клуб «Алтай».

Все расходы по командированию (проживание, питание, проезд, страхование) участников и тренеров несут командирующие организации.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СПОРТИВНОЕ СОРЕВНОВАНИЕ И РАЗМЕЩАЕТСЯ НА ОФИЦИАЛЬНОМ САЙТЕ МИНИСТЕРСТВА СПОРТА АЛТАЙСКОГО КРАЯ В ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ».**

## ЗАЯВКА

от команды \_\_\_\_\_

на участие в фестивале Многоборья ГТО

№ П/ П	Фамилия, имя, отчество	УИН	Число, месяц, год рождения	Документ удостоверяющий личность ( <i>серия, номер, кем и когда выдан</i> )	Подпись и печать врача, о допуске
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

К участию в соревнованиях допускается

\_\_\_\_\_ человек \_\_\_\_\_  
(подпись врача, печать мед. учреждения)

Представитель команды \_\_\_\_\_  
(подпись)

Дата \_\_\_\_\_



## СОГЛАСИЕ НА ОБРАБОТКУ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

Я, \_\_\_\_\_  
(ФИО)

Паспортвыдан, \_\_\_\_\_  
(серия, номер) (когда и кем выдан)

адрес регистрации:, в соответствии с требованиями статьи 9 Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», даю свое согласие на обработку моих персональных данных, относящихся исключительно к перечисленным ниже категориям персональных данных: фамилия, имя, отчество; пол; дата рождения; тип документа, удостоверяющего личность; данные документа, удостоверяющего личность; гражданство.

Я даю согласие на использование персональных данных исключительно в целях участия фестивале Многоборья ГТО  
а также на хранение данных об этих результатах на электронных носителях.

Настоящее согласие предоставляется мной на осуществление действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, передачу третьим лицам для осуществления действий по обмену информацией, обезличивание, блокирование персональных данных, а также осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я проинформирован, что Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация Многоборья Готов к труду и обороне Алтайского края» гарантирует обработку моих персональных данных в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации как неавтоматизированным, так и автоматизированным способами.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Данное согласие может быть отозвано в любой момент по моему письменному заявлению.

Я подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую по собственной воле и в своих интересах.

Контактный(е) телефон(ы): \_\_\_\_\_

2024 г.

//

Подпись

Расшифровка подписи

Главному судье Былиной Наталье Леонидовне