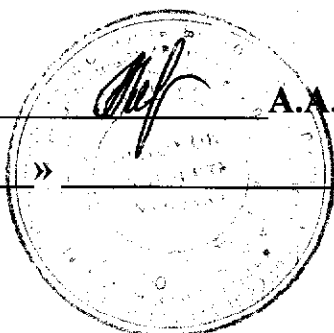


УТВЕРЖДАЮ

**Директор
ОГАОУ ОК
«Алгоритм Успеха»**


« » 2025 г.
А.А. Квашина

УТВЕРЖДАЮ

**Директор
ОГБУ «Центр спортивной
подготовки
Белгородской области»**


« » 2025 г.
Ю.Н. Бортников

Регламент

**проведения фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО» для обучающихся 6-11 классов**

г. Белгород

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящий Регламент разработан в целях организации проведения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) «Игры ГТО» для обучающихся 6-11 классов.

Регламент устанавливает:

- порядок формирования команд;
- условия допуска участников к Фестивалю;
- порядок и правила проведения «Гонки ГТО» (описание этапов).

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится 29 ноября 2025 года на базе областного государственного автономного общеобразовательного учреждения «Образовательный комплекс «Алгоритм Успеха» Белгородской области по адресу: ул. Счастливая, 8, п. Дубовое.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля осуществляется министерством спорта Белгородской области. Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на Региональный центр тестирования комплекса ГТО.

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ ФЕСТИВАЛЯ

К участию в Фестивале допускаются:

I. Команды в составе не более 8 человек (2 юноши и 2 девушки 6-8 класс, 2 юноши и 2 девушки 9-11 класс). Участники команды должны быть зарегистрированы на сайте ВФСК ГТО (<https://www.gto.ru/>).

Возраст участников от 12 до 18 лет. Возраст определяется на дату проведения соревнования.

Все участники должны иметь медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

К участию в Фестивале не допускаются:

- лица, не зарегистрированные в электронной базе данных комплекса ГТО;
- лица, не указанные в предварительной заявке (за исключением случаев внесения в заявку изменений, заранее согласованных с региональным центром тестирования ГТО Белгородской области);
- лица, не имеющие медицинский допуск к выполнению нормативов комплекса ГТО;
- лица, не застрахованные от несчастных случаев.

5. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

- Комиссия по допуску – с 9:30 до 10:00 часов;
- Начало соревнований – 10:00 часов.

«Гонка ГТО»

«Гонка ГТО» включает в себя 5 этапов.

I. «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами»

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние 160 см для юношей и 140 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 перебегают на следующий этап гонки.

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.

II. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».

Необходимо выполнить 15 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 перебегают 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;

III. «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине юноши - 25 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 перебегают 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.

IV. «Приседание с гирей» **«Приседание с набивным мячом».**

Участникам необходимо выполнить 15 приседаний с гирей 12 кг для юношей и 10 приседаний с гирей 8 кг для девушек (возрастная категория 9-11 класс), 15 приседаний с набивным мячом для юношей и 10 приседаний с набивным мячом для девушек (возрастная категория 6-8 класс).

Приседания с гирей.

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 дорожки. При возвращении в исходное положение необходимо выпрямить колени и таз и принять вертикальное положение туловища.

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

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- приседание недостаточно глубокое (верхняя часть бедра не достигли уровня параллели с полом);
- отсутствие полностью выпрямленных ног и тазобедренного сустава при возвращении в исходное положение;
- отсутствие вертикального туловища в исходном положении;
- опускание гири от груди.

V. «Прыжки через скакалку».

Участникам необходимо выполнить 20 прыжков через скакалку для юношей и 20 прыжков для девушек.

Участник совершает прыжки через скакалку на двух ногах, вращая скакалку вперед. При совершении ошибки участник продолжает выполнять упражнение

до необходимого количества раз. После выполнения упражнения участник кладет скакалку, оббегает поворотный конус и двигается к финишу. Передача эстафеты осуществляется касанием руки любой части тела партнера по команде.

Ошибки, при которых повторение не засчитывается:

- отсутствие подскока на двух ногах;
- вращение скакалки назад;
- отсутствие перепрыгивания через скакалку при задевании ею туловища или ног.

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

В «Гонке ГТО» 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 ГТО» суммируется со штрафными секундами всех участников.

«Гонка ГТО» проводится в виде командных соревнований. Командные соревнования представляют собой эстафету. Сначала дистанцию «Гонки ГТО» преодолевают девушки, потом юноши.

6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители в командном соревновании «Эстафета ГТО» определяются по наименьшему затраченному времени на прохождение всех этапов всеми участниками команды.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Команды, занявшие 1, 2, 3 место по итогам командного зачета награждаются дипломами, медалями.

Каждый участник Фестиваля награждается ценным призом.

8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы, связанные с награждением победителей, призеров и участников Фестиваля, несёт ОГБУ «Центр спортивной подготовки Белгородской области». Расходы, связанные с работой медицинского персонала несет ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха».

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям приказа Министерства здравоохранения

РФ от 23 октября 2020 г. N 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» (с изменениями и дополнениями). Безопасность участников Мероприятия и зрителей обеспечивает региональный центр тестирования ГТО, ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха» и судейская коллегия.

10. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Участие в Фестивале осуществляется только при наличии договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев во время физкультурно-спортивных соревнований по видам испытаний, включенных в спортивную программу Фестиваля на период проведения спортивной программы Фестиваля (полиатлон, ГТО, многоборье ГТО). Страхование участников соревнований может производиться как за счёт бюджетных, так и внебюджетных средств, в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации. Незастрахованные участники к соревнованиям не допускаются. Договор страхования (оригинал или электронная версия) представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника Фестиваля в день приезда на соревнования.

11. ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕРЕВОЗКИ ДЕТЕЙ К МЕСТУ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Перевозка детей на спортивные, образовательные, культурно-массовые мероприятия и обратно в Белгородской области и за ее пределы осуществляется согласно действующего законодательства.

11. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в Фестивале направляются по форме согласно Приложению 1 в срок до 26.11.2025 года на электронный адрес: gct_gto31@mail.ru.

Предварительную заявку необходимо предоставлять в форме электронного документа без визы врача.

Настоящий Регламент является официальным вызовом для участия в Фестивале.

От команды

№	ФИО (полностью)	Число, месяц, год рождения	УИН участника	Степень комплекса ГТО	Допуск врача, дата, подпись, печать*
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Допущено к участию _____ человек.

Врач _____ / _____ / М.П.

«	»	ФИО 2025 г.	ПОДПИСЬ
---	---	----------------	---------

Представитель команды: _____ (ФИО)

Телефон: _____

* - при отсутствии допуска врача в заявке можно предоставить медицинскую справку с допуском к выполнению нормативов тестов ГТО.