



Документ подписан
электронной подписью

Сертификат da3a7d4dcf2a418211718b075bc9e64e

Владелец Черняев Алексей Владимирович

Действителен с 23.12.2024 по 18.03.2026

Приложение 2
к Положению о Фестивале Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех
категорий населения, приуроченного
к 95-летию создания исторического
Всесоюзного физкультурного комплекса
«Готов к труду и обороне СССР»

РЕГЛАМЕНТ

проведения соревнований среди участников в возрасте 20–59 лет
в рамках фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Самарской
области, приуроченного к 95-летию создания исторического Всесоюзного
физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР»
в 2026 году

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящий регламент разработан в целях организации проведения соревнований среди участников в возрасте 20–59 лет (далее – Соревнования) в рамках фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Самарской области, приуроченного к 95-летию создания исторического Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» (далее – Фестиваль, комплекс ГТО), согласно Положению о Фестивале и в соответствии с действующими нормативно-правовыми актами, регулирующими деятельность по реализации комплекса ГТО.

Регламент устанавливает:

- требования к участникам, составу команд и порядок их допуска к Соревнованиям;
- условия, программу и порядок проведения Соревнований.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 15 марта 2026 года в рамках Регионального этапа Фестиваля на территории государственного автономного учреждения дополнительного образования Самарской области «Спортивная школа «Чайка» по адресу: Самарская область, муниципальный район Волжский, городское поселение Смышляевка, территория Лесная, ул. Олимпийская, здание 4.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Формирование команд и обеспечение участия в Соревнованиях возлагается на органы местного самоуправления муниципальных образований Самарской области по решению органов местного самоуправления муниципальных образований Самарской области.

Непосредственное проведение Соревнований возлагается на государственное автономное учреждение Самарской области «Организационный центр спортивных мероприятий» (далее – ГАУ СО «ОЦСМ») и главную судейскую коллегию.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Соревнованиях допускаются команды муниципальных образований Самарской области (далее – команда), сформированные из участников 20–59 лет (VIII–XV ступеней комплекса ГТО), отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе, при наличии уникального идентификационного номера (далее – УИН) в электронной базе данных комплекса ГТО (далее – ЭБД ГТО) (сайт – www.gto.ru) и допуска врача.

Состав команды для участия в Соревнованиях – 5 человек, в том числе: 4 участника (1 мужчина, 1 женщина – 20–34 лет, 1 мужчина, 1 женщина – 35–59 лет) и 1 представитель.

Возраст участников в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату проведения Соревнований.

Допуск участников осуществляется комиссией по допуску.

К участию в Соревнованиях не допускаются участники:

- не имеющие УИН в ЭБД ГТО;
- не имеющие допуска врача.

V. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Программа **Соревнований** состоит из зимней комплексной эстафеты ГТО, соревнований по перетягиванию каната, а также мероприятий на интерактивных площадках.

Участие в зимней комплексной эстафете ГТО обязательно для всех участников команд.

Участие в соревнованиях по перетягиванию каната и мероприятиях на интерактивных площадках – по усмотрению команд.

Условия проведения соревнований

«Зимняя комплексная эстафета ГТО»

Соревнования командные, принимают участие все члены команды. Эстафета проходит в формате индивидуальных забегов на 4 – 6 дорожках, где одновременно стартуют участники разных команд.

Каждый участник проходит дистанцию эстафеты за максимально короткое время с учётом штрафного времени.

Сумма индивидуальных результатов участников команды составляет итоговое командное время эстафеты.

Распределение команд по забегам определяется согласно жеребьевке.

Последовательность проведения индивидуальных забегов эстафеты:

1. женщины 20–34 лет;
2. женщины 35–59 лет;
3. мужчины 20–34 лет;
4. мужчины 35–59 лет.

Участники проходят дистанцию эстафеты с использованием ЧИПов системы электронной отметки.

На 1 этапе по команде судьи «Марш» участник подбегает 5 метров к коврику и выполняет испытание «Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа», касаясь грудью контактной площадки (**мужчины – 10 раз, женщины – 5 раз**).

Порядок выполнения испытания «Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа»

Участник принимает исходное положение: упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию, расстояние между ступнями – 10 см. При сгибании рук участник должен коснуться грудью контактной площадки, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях. После каждого повторения судья говорит очередной счет, если повторение выполнено без ошибок, или команду «Нет», если повторение не засчитано.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания мяча грудью;
- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- руки не полностью выпрямляются в локтях.

После выполнения необходимого количества повторений участник одевает лыжи и пробегает свободным стилем дистанцию 300м.

На 2 этапе участник подбегает к сектору мини-ориентирования, снимает лыжи и выполняет испытание «Лабиринт».

Порядок выполнения испытания по мини-ориентированию «Лабиринт»

На входе в сектор участник получает у судьи карту-схему «Лабиринта», в котором установлены контрольные пункты (далее – КП) с электронными станциями отметки (датчиками), имеющими свой порядковый номер (1,2,3,4 и т.д.).

Участник при помощи карты-схемы должен пройти на скорость заданное число КП, расположенных произвольно в секторе, и коснуться ЧИПом датчиков. Информация о прохождении КП автоматически заносится на ЧИП участника.

Ошибки, за которые начисляется штрафное время:

- отсутствие касания ЧИПом электронного датчика;
- нарушение последовательности прохождения КП (Например: «Старт, 1,4,3,2... Финиш»)

После прохождения «Лабиринта» участник пробегает дистанцию 5 м. до следующего этапа.

На 3 этапе участник подбегает к коврику и выполняет испытание «Поднимание туловища из положения лежа на спине» (**мужчины – 20 раз, женщины – 10 раз**).

Порядок выполнения испытания «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Упражнение выполняется из исходного положения: лежа на спине, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу. Удержание ног осуществляется с помощью партнёра по команде.

После каждого повторения судья говорит очередной счет, если повторение выполнено без ошибок, или команду «Нет», если повторение не засчитано.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер или коленей;
- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка».

После выполнения необходимого количества повторений участник пробегает бегом дистанцию 60 м. до следующего этапа.

На 4 этапе участник подбегает к стрелковому месту и выполняет стрельбу по электронной мишени из электронного пистолета. Необходимо выполнить 5 точных попаданий в мишень.

Ошибки, за которые начисляется штрафное время:

- отсутствие попадания в мишень.

После выполнения испытания участник бегом возвращается обратно к линии финиша 60 м. и сдаёт ЧИП судье.

Как только участник пересекает линию финиша, фиксируется общее время прохождения дистанции.

Все участники должны избегать действий или поведения, способных помешать на дистанции другим участникам.

Штрафное время начисляется за:

- фальстарт участника команды +5 сек.;
- участник не сделал нужное количество повторений +5 сек. за каждое не сделанное повторение;
- участник нарушил последовательность прохождения КП или не прошёл заданное количество КП +5 сек. за каждое нарушение;
- участник не попал в мишень +5 сек. за каждое непопадание;
- препятствие соперникам при прохождении дистанции +10 сек.

Общее время прохождения всех этапов каждым участником команды суммируется со штрафными секундами, полученными участниками во время прохождения эстафеты и заносится в протокол.

В зависимости от погодных условий возможны изменения в составе этапов и порядке проведения зимней комплексной эстафеты ГТО.

Условия проведения соревнований по перетягиванию каната

Соревнования командные.

Соревнования проводятся в соответствии с правилами по виду спорта. Система проведения соревнований определяется в день проведения соревнований в зависимости от количества участников.

Состав команды – 4 человека.

Участники каждой из команд располагаются у разных концов каната. Перед началом состязаний команды встают так, что центральная отметка находится над проведенной на земле чертой.

Перед началом схватки выбор сторон определяется жребием.

По сигналу судьи каждая команда начинает тянуть канат, стараясь, чтобы отметка, ближайшая к сопернику, пересекла черту на земле.

Встреча между командами состоит из одной попытки.

Во время проведения соревнований участникам запрещается использовать шипы или ботинки с шипами, участникам и зрителям запрещается пересекать боковые ограничительные линии на площадке, участники команд должны оставаться на ногах во время перетягивания каната.

Мероприятия интерактивной программы

В рамках программы организуется работа игровых и интерактивных площадок, иных форм активности для участников Соревнований Фестиваля.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Личное первенство Соревнований в зимней комплексной эстафете ГТО определяется отдельно среди мужчин и женщин в каждой гендерно-возрастной группе (20–34 лет, 35–49, 50–59 лет) по наименьшему времени, показанному участниками в индивидуальных забегах с учетом штрафного времени.

В случае равенства результатов у двух или более участников преимущество получает участник, набравший наименьшее количество штрафных секунд.

Командное первенство Соревнований в зимней комплексной эстафете ГТО определяется по наименьшей сумме времени, показанному всеми участниками команды в индивидуальных забегах, с учетом штрафного времени.

В случае равенства результатов у двух или более команд преимущество получает команда, набравшая наименьшее количество штрафных секунд.

Командное первенство Соревнований по перетягиванию каната определяется по лучшему результату, показанному командами по итогам соревнований.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1 место в Соревнованиях Фестиваля в зимней комплексной эстафете ГТО отдельно среди мужчин и женщин в каждой гендерно-возрастной группе (20–34 лет, 35–49, 50–59 лет), награждаются дипломами, медалями и ценными призами министерства спорта Самарской области (далее – министерство спорта).

Команды, занявшие 1 – 3 места в Соревнованиях Фестиваля в зимней комплексной эстафете ГТО, награждаются памятными кубками и дипломами министерства спорта, участники команд – медалями и ценными призами министерства спорта.

Команды, занявшие 1 – 3 места в Соревнованиях Фестиваля по перетягиванию каната, награждаются кубками и дипломами министерства спорта, участники команд – медалями министерства спорта.

Всем участникам Соревнований Фестиваля вручается сувенирная продукция министерства спорта.

VIII. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в Соревнованиях Фестиваля необходимо направить до 2 марта 2026 года в соответствии с установленной формой (Приложение 1) на адрес электронной почты ГАУ СО «ОЦСМ»: gaugto-ct@mail.ru с пометкой «Предварительная заявка на участие в Фестивале ГТО от (наименование команды)».

Вместе с предварительной заявкой направляется краткий отчет о проведении Массового этапа Фестиваля по установленной форме (Приложение 2) с указанием количества участников Массового этапа, количества судей и их категории.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

– заявка по форме согласно Приложению 1, заверенная руководителем органа местного самоуправления в области физической культуры и спорта, медицинским учреждением (или медицинский допуск на каждого участника);

– паспорт (копия) на каждого участника.

Для получения дополнительной информации о Фестивале необходимо обращаться в ГАУ СО «ОЦСМ» по адресу: г. Самара, ул. Советской Армии, д. 253а, тел.: 8 (846) 276-96-20, Мишущин Владислав Юрьевич.

ЗАЯВКА

на участие в соревнованиях среди участников в возрасте 20–59 лет в рамках фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Самарской области, приуроченного к 95-летию создания исторического Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР»

от _____
(муниципальное образование)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Пол	Возраст, лет	Дата рождения (дд.мм.гг.)	УИН в ЭБД ГТО	Виза врача
1		жен	20-34			допущен подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований
2		жен	35-59			
3		муж	20-34			
4		муж	35-59			

***Предварительную заявку необходимо составлять с учетом запасных участников без визы врача.**

Допущено к участию в Соревнованиях _____ человек.
(прописью)

Врач _____ / _____
(ФИО) (подпись)

ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации _____ тел. _____
(подпись, ФИО полностью)

Руководитель
органа местного самоуправления
в области физической культуры и спорта
муниципального образования Самарской области
М.П.

(ФИО)

Отчёт о проведении Массового этапа Фестиваля ВФСК ГТО среди всех категорий населения в 2026 году

(муниципальное образование Самарской области)

Количество участников (чел.)	всего	в том числе в сельской местности	из общего числа количество участников по ступеням:																					
			I		II		III		IV		V		VI		VII		VIII		IX		X		XI	
			м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж

Количество участников (чел.)	всего	в том числе в сельской местности	из общего числа количество участников по ступеням:																					
			XII		XIII		XIV		XV		XVI		XVII		XVIII									
			м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж								

Количество судей (чел.)			
Всего	ВК	Ик	Ижк
			юный судья волонтер

Финансовое обеспечение

Массовый этап (руб.)	Бюджетное финансирование		Внебюджетные источники	
	образование	физическая культура и спорт		

Ф.И.О. исполнителя, контактный телефон _____

« ____ » _____ 2026г