Согласовано

Директор
МУ СОК «Юность»

_____В.С. Рябович
«___» сентября 2026 г.

Утверждаю

Ректор ФГБОУ ВО
«Дальневосточный ГАУ»

_____П.В. Тихончук
«___» сентября 2026 г.

Согласовано

Зав. кафедрой
физической культуры и спорта

_____Ю.А. Дьяченко
«11» сентября 2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении VI Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди студентов и ППС ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ»

г. Благовещенск, 2026 г.

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО») среди студентов, ППС и сотрудников ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ» (далее Фестиваль) Муниципальный этап Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) проводится в соответствии с п. 42 плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО), утверждённого распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. №1165 – р (в редакции от 24 августа 2017 г. №1813 – р).

Целью проведения Фестиваля является массовое вовлечение студентов, ППС и сотрудников ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ» в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- популяризация ВФСК «ГТО» среди студентов, ППС и сотрудников ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ»;
- повышение уровня здоровья и физической подготовленности;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих студентов, ППС и сотрудников ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ» к занятиям физкультурой и спортом.

1. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

7 октября 2026 г. в 11.00 ч. – приём нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди студентов, ППС и сотрудников ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ» по гимнастическим видам.

Место проведения – площадка ГТО МУ СОК «Юность», ул. Краснофлотская,6.

8 октября 2026 г. в 11.00 ч. – приём нормативов по легкой атлетике.

Место проведения – стадион МУ СОК «Юность» ул. Краснофлотская, 6.

На согласовании – приём норматива по стрельбе из пневматической винтовки с открытым прицелом.

Место проведения – тир ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ».

2. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство организацией и проведением Фестиваля осуществляет Ректор, кафедра физической культуры и спорта Дальневосточного ГАУ.

Непосредственное проведение возлагается на Центр тестирования по выполнению испытаний (тестов), нормативов ВФСК ГТО города Благовещенска и главную судейскую коллегию, утвержденную постановлением администрации города Благовещенска № 583 от 29.02.2016 года (с изм. и доп. № 3441 от 01.07.2026 г).

Состав судейских бригад утверждается приказом Центра тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов ВФСК ГТО г. Благовещенска.

3. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Фестиваль проводится в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса ГТО (далее – государственные требования), утвержденными приказом Минспорта России от 22 февраля 2023 г. № 117.

К участию в Фестивале допускаются студенты, магистранты, аспиранты очной формы обучения (ВО и СПО), ППС и сотрудники Университета в возрасте **от 18 лет и старше**, относящиеся к основной медицинской группе и зарегистрированные в электронной базе данных комплекса ГТО.

Обязательные условия для допуска к участию в Фестивале:

- наличие уникального идентификационного номера, состоящего из 11 цифр (УИН), который автоматически присваивается после регистрации на сайте gto.ru. Для участия в Фестивале все участники должны **самостоятельно** зарегистрироваться на Всероссийском «Интернет - портале» комплекса ГТО в информационно - коммуникационной сети «Интернет» по адресу **www.gto.ru** и иметь уникальный идентификационный номер (УИН), который должен быть внесён в заявку.
- наличие обязательного **мед. допуска** (справка от терапевта / спортивного врача) к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Возраст участников Фестиваля в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату начала Фестиваля.

К участию в Фестивале **не допускаются**:

- студенты заочной формы обучения;
- участники, имеющие мед. отвод по состоянию здоровья от врача и не прошедшие медосмотр;
- участники, не зарегистрировавшиеся на портале ФГИС СПОРТ.

Состав команды – неограниченное количество человек.

- от 18 до 19 лет (седьмая ступень комплекса ГТО);
- от 20 до 24 лет (восьмая ступень комплекса ГТО);
- ППС и сотрудники – от 25 лет и старше.

Общий командный зачёт определяется по 10 лучшим результатам (мужчины/женщины).

4. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Спортивная программа Фестиваля проводится в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России.

Время	Мероприятие	Место проведения
7 октября 2026 года		
11.00 ч.	Встреча участников	Площадка ГТО МУ СОК «Юность», Краснофлотская, 6
11.00 ч.	Тестирование участников Фестиваля: - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - Поднимание туловища из положения лёжа на спине; - Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки); - Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши).	Площадка ГТО МУ СОК «Юность», Краснофлотская, 6
8 октября 2026 года		
11.00 ч.	Приём нормативов по лёгкой атлетике - бег на 60 м - бег на 2000 м - бег на 3000 м Метание гранаты -девушки-500г -юноши-700г	Стадион МУ СОК «Юность», Краснофлотская, 6
14 октября 2026 г		
с 16.00 ч. до 19.00 ч.	Стрельба из пневматической винтовки с открытым прицелом	Тир ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ».

ПРИЛОЖЕНИЕ

Подтягивание из виса на высокой перекладине

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

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 с.

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.*

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

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

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

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 с, продолжить выполнение испытания.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *нарушение требований к исходному положению (постановка рук не соответствует исходному положению, отсутствие прямой линии тела между плечами, туловищем и ногами);*
- *нарушение техники выполнения испытания;*
- *нарушение прямой линии «плечи – туловище – плечи»;*
- *отсутствие фиксации на 1 с исходного положения;*
- *превышение допустимого угла разведения локтей;*
- *разновременное разгибание рук.*

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

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

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до

ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат. Участник имеет право:

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

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *заступ за линию отталкивания или касание ее;*
- *отталкивание с предварительного подскока;*
- *поочередное отталкивание ногами;*
- *использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;*
- *уход с места приземления назад по направлению прыжка.*

Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами 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).

При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклоны, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с.

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

Бег на 60 метров

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твёрдым покрытием. Дорожки размечаются белой краской, ширина линий разметки 5 см, ширина дорожек 1,22±0,1 м.

Уклон дорожки в направлении бега не должен превышать 1:1000. 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 земли за ней.

При команде «Внимание!» участник должен зафиксировать окончательную стартовую (неподвижную) позицию. После выстрела стартера из пистолета или команды «Марш!» он начинает движение.

Участники стартуют по 2 - 4 человека.

Ошибки, в результате которых испытание, не засчитывается:

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

Бег на 2000 м, 3000 м

Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Испытание (тест) выполняется из положения высокого старта. Группа участников выстраивается за 3 метра до стартовой линии. Помощник стартера называет участника, тот называет свой номер.

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

При беге участникам запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции.

Результат фиксируется хронометром в минутах и секундах с точностью до 0,1 с.

Предпочтительно трасса должна иметь кольцевую форму с кругами по 500 метров, что позволит видеть всех участников и вовремя оказать медицинскую помощь. Максимальное количество участников в одном забеге на дистанцию 1000 – 2000 м. не более 15 человек, 3000 м. – не более 20 человек.

Метание гранаты

Метание выполняется с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо». Запрещено метать снаряд с поворотом. На подготовку и выполнение попытки в метании дается 1 мин.

Участник выполняет три попытки. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места спортивного снаряда.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- *касание любой частью тела линий разметки или земли за зоной разбега;*
- *заступ за линию метания;*
- *снаряд не попал в «коридор»;*
- *попытка выполнена без команды спортивного судьи.*
- *- просрочено время, отведенное на попытку.*

Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м из пневматической винтовки с открытыми диоптрическим прицелом выполняется участниками IV-XV возрастной группы на дистанции 10 м (мишень №8). Участнику дается три пробных и пять зачетных выстрелов.

Время выполнения испытания – 10 минут. Время на подготовку – 3 мин. Требования к пневматической винтовке с открытым прицелом. В качестве оружия могут применяться пневматические винтовки с прицельным приспособлением открытого типа (прицельная планка, пеньковая мушка), с дульной энергией до 7,5 дж, весом до 4 кг. **Требования к пневматической винтовке с диоптрическим прицелом**

В качестве оружия могут применяться пневматические винтовки с диоптрическим прицельным приспособлением, с дульной энергией до 7,5 дж, весом до 5,5 кг.

Требования к помещению (участку местности) проведения испытаний

Помещения и участки местности, предназначенные для проведения испытаний по стрельбе из пневматической винтовки, должны соответствовать требованиям Приказа Минспорттуризма России от 27.04.2012 № 403.

Участник обязан:

- выполнять все команды судьи на огневом рубеже;

- держать оружие только стволом в направлении линии мишеней;
- стрелять только после команды «Огонь!» и до команды «Стоп!» или «Прекратить стрельбу!»;
- докладывать судье 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.

Участникам запрещается:

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

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- заряжание оружие без команды судьи;
- начало стрельбы без команды судьи.

Алгоритм действия старшего судьи по обеспечению безопасности

Перед началом стрельбы:

- проверяет соответствие дистанции, мишеней, освещения и иного оборудования условиям выполняемого испытания;
- осматривает полосу тира (места, оборудованного для стрельбы), чтобы убедиться в отсутствии предметов в направлении стрельбы, которые могут вызвать рикошеты;
- проверяет наличие и состояние оружия и пулек, определяет место выдачи свинцовых пулек;
- подробно разъясняет всем участникам требования безопасности и правила поведения во время стрельбы;
- производит расчет стреляющих на смены;
- указывает для очередных смен место ожидания, которое должно быть на безопасном расстоянии от исходного положения;
- выстраивает очередную смену для стрельбы на исходном положении.

Во время стрельбы:

- выводит на огневой рубеж очередную смену и руководит стрельбой;
- распределяет очередной смене оружие (пневматические винтовки);
- дает распоряжение на подачу команды – «Огонь!»;
- следит, чтобы на огневом рубеже не было посторонних лиц, исключая участников стреляющей смены;
- по окончании стрельбы командует – «Стоп!», «Разряжай!» и проверяет выполнение команды;
- подает для стреляющей смены команду – «Встать!»;
- немедленно прекращает стрельбу при нарушении мер безопасности.

По окончании стрельбы:

- организует сбор и сдачу оставшихся пулек;

- организует осмотр мишеней стрелявшей смены;
- осматривает мишени, делает разбор стрельбы и ведет учет результатов стрельбы;
- возвращает смену на исходное положение, дает распоряжение на передачу оружия очередной смене и продолжает стрельбу;
- проверяет оружие, оставшиеся пульки;
- приводит тир (место, оборудованное для стрельбы) в порядок.

В тире (месте, оборудованном для стрельбы) запрещается:

- производить стрельбу из неисправного пневматического оружия;
- брать или трогать на огневом рубеже оружие или подходить к нему без команды (разрешения) судьи;
- заряжать пневматическое оружие до команды руководителя стрельбы или до команды – «Огонь!»;
- прицеливаться и направлять оружие в стороны и в тыл, а также в людей;
- прицеливаться в мишени даже из незаряженного оружия, если в направлении их находятся люди;
- выносить заряженное оружие с огневого рубежа;
- находиться на огневом рубеже посторонним;
- оставлять без присмотра заряженное оружие или передавать другим лицам без команды судьи;
- производить стрельбу непараллельно директрисе (направлению) тира (места, оборудованного для стрельбы).

Выдача пулек должна производиться исключительно на огневом рубеже.

Заряжание оружия на огневом рубеже должно проводиться только по команде руководителя стрельбы – «Заряжай!».

Участники, допустившие нарушение правил безопасности, к дальнейшей стрельбе не допускаются.

5. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Результаты участников определяются с применением автоматизированной информационной системы «Электронное судейство» согласно 100 – очковой таблице оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО, методических рекомендаций по организации физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденных Минспортом России, и учитываются в соответствии с ЕВСК, утвержденной приказом Минспорта от 11.01.2022 №6.

Личный зачет по итогам Фестиваля определяется раздельно для каждой ступени комплекса ГТО среди юношей и девушек по лучшему результату 8 участников, набранных во всех видах спортивной программы Фестиваля.

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мужчин и женщин, в каждом виде испытаний и по ступеням, награждаются грамотами и медалями.

Команды, занявшие 1-3 места в командном зачете, награждаются дипломами и кубками.

Каждый участник сертификатом.

7. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по проведению Фестиваля несет администрация ФГБОУ ВО «Дальневосточный ГАУ».

Расходы, связанные с оплатой питания судейской бригады несет Центр тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов ВФСК ГТО города Благовещенска.

8. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Спортивная программа Фестиваля проводится на объекте спорта, включенном в Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 04 декабря 2007 года №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (сертификат соответствия от 09 ноября 2018 г. № СДС СБ СС.ОС.0416). Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 г. № 1144 н «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» (ГТО)».

9. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Страхование участников соревнований производится за счет средств участников (организации) в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

10. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для участия в Фестивале необходимо направить заявку от факультета/ сотрудников, установленной формы (Приложение 1) в PDF – формате, на электронный адрес: fkis@dalgau.ru или принести лично на кафедру физической культуры и спорта: корпус 1 , каб.121

По возникшим вопросам обращаться по телефонам:

89248477315 Шелегеда Ян Витальевич

89246764717 Дьяченко Юлия Александровна

Срок предоставления заявки до 05 октября 2026 года.

Заявки, направленные после указанного срока, рассматриваться не будут.

Приложение 1

ЗАЯВКА

на участие в Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

от _____

(факультет)

п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	Ступень	УИН участника	Студент, ППС	Допуск врача
1.						
2.						
3.						

Спорт. орг факультета _____ _____ _____

(название факультета) (Ф.И.О) (Подпись)

Декан _____ _____ _____

(название факультета) (Ф.И.О) (Подпись)