

**УТВЕРЖДАЮ**

Министр  
физической культуры и спорта  
Липецкой области

  
К.Д. Казакова  
« 29 » января 2026 г.



**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГАУ ЛО  
«Центр развития и мониторинга  
физической культуры и спорта»

  
О.С. Решитько  
« 29 » января 2026 г.



## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении фестиваля**

**Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся  
образовательных организаций высшего образования**

**Липецкая область**

**2026 г.**

## I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций высшего образования (далее - Фестиваль) проводится в соответствии с Планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее - комплекс ГТО), утверждённым распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 №1165-р и календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Липецкой области на 2026 год.

Целью проведения Фестиваля является гармоничное и всестороннее развитие личности студентов образовательных организаций высшего образования, в том числе повышение их мотивации к регулярным занятиям физической культурой, спортом и ведению здорового образа жизни.

Задачи Фестиваля:

- пропаганда комплекса ГТО как основного инструмента привлечения обучающихся образовательных организаций высшего образования к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности студентов и выявление из числа обучающихся лиц, наиболее подготовленных к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- развитие массового студенческого спорта в образовательных организациях высшего образования, в том числе через создание и совершенствование деятельности студенческих спортивных клубов.

## II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится в три этапа:

I этап (внутривузовский) – в образовательных организациях высшего образования до 22 февраля 2026 года (решение о проведении принимает образовательная организация);

II этап (региональный) – проводится **27 февраля 2026 года** на базе ДС «Молодёжный», ГОАУ ЛО «СШОР по легкой атлетике» (г. Липецк, ул. Космонавтов, д. 16 Б);

III этап (всероссийский) – проводится в г. Сочи, в период с 13 по 19 апреля 2026 года.

Регистрация участников II этапа с 10:00 до 10:50.

Начало соревнований для участников II этапа в 11:00.

## III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля осуществляет министерство физической культуры и спорта Липецкой области (далее – МФКС Липецкой области).

Полномочия МФКС Липецкой области, как организатора соревнований, осуществляет ГАУ ЛО «Центр развития и мониторинга физической культуры и спорта».

Непосредственная организация и проведение Фестиваля возлагается на главную судейскую коллегию (далее - ГСК).

Составы ГСК и судейских бригад по видам испытаний формируются из числа спортивных судей, имеющих соответствующую судейскую категорию по видам спорта, дисциплины которых являются видами испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с методическими рекомендациями по организации судейства мероприятий комплекса ГТО, утверждёнными приказом Минспорта России №70 от 01.02.2016, и допущенных к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, в соответствии с Порядком допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 19.10.2017 № 909.

#### **IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

**К участию во II (региональном) этапе Фестиваля** допускаются сборные команды ВУЗов, не более 2-х команд из одного ВУЗа, имеющих разное наименование команд, в состав которых входят обучающиеся очной формы обучения в возрасте от 18 до 24 лет.

**Состав команды на II этапе Фестиваля:**

- 1 руководитель команды;
- 2 мужчины и 2 женщины 18-19 лет (VII ступень комплекса ГТО);
- 2 мужчины и 2 женщины 20-24 лет (VIII ступени комплекса ГТО).

**Возраст участников Фестиваля** определяется в соответствии со ступенью комплекса ГТО на день проведения II этапа Фестиваля и не должен меняться по состоянию на дату последнего дня соревнований Всероссийского этапа Фестиваля (**19 апреля 2026 года**). К участию допускаются неполные команды (менее 8 участников) без участия в «Эстафете ГТО» и командном зачёте.

Для участия во II (региональном) этапе Фестиваля команды обучающихся образовательных организаций высшего образования направляют на электронную почту регионального оператора комплекса ГТО (GTO-48@yandex.ru) заявку в формате Word согласно Приложению №1.

**Условия допуска участников:**

- обязательная регистрация участников на интернет-портале комплекса ГТО [www.gto.gov.ru](http://www.gto.gov.ru);
- подтвержденные личные кабинеты участников через портал «Госуслуги» (наличие фотографии с изображением лица на светлом фоне в  $\frac{3}{4}$  от снимка);
- знак отличия комплекса ГТО в действующей возрастной ступени;

- предварительная заявка на участие команды от ВУЗа (без визы врача и руководителя ВУЗа, но обязательно – ФИО, дата рождения и **УИН** каждого участника);

- предъявление документа, удостоверяющего личность (паспорт);

- предъявление действительного студенческого билета;

- предъявление медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в случае отсутствия отметки врача в общей заявке);

- предъявление страхового полиса обязательного медицинского страхования на каждого участника;

- предъявление оригинала договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев на каждого участника команды или на команду в целом с указанием ФИО всех участников.

**К участию в Фестивале не допускаются:**

- не зарегистрированные в электронной базе данных комплекса ГТО;

- не указанные в предварительной заявке (за исключением случаев внесения в заявку изменений, заранее согласованных с региональным оператором ВФСК ГТО);

- представившие заявку на участие позже установленного срока;

- не соответствующие требованиям Положения в части условий допуска участников.

Фестиваль проводится в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России 29 мая 2023 г.

## V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Соревнования Фестиваля являются лично-командными.

Спортивная программа регионального этапа Фестиваля состоит из соревнований в личном зачете «Многоборье ГТО» и командном зачете «Эстафета ГТО».

«Многоборье ГТО» состоит из следующих видов испытаний (тестов) комплекса ГТО:

№ п/п	Наименование испытаний (тестов) комплекса ГТО
1.	Бег на 2000 метров (мин, сек) – девушки и бег на 3000 метров (мин, сек) – юноши
2.	Бег на 100 метров (сек) – девушки, юноши
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) – юноши Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) – девушки

4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье – девушки, юноши
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – девушки, юноши
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин) – девушки, юноши

*\* Организаторы Фестиваля имеют право вносить изменения в спортивную программу Фестиваля.*

В зачет (командный и личный) входят все виды испытаний комплекса ГТО спортивной программы, указанные в таблице.

**«Эстафета ГТО»** - соревнования командные. В эстафете ГТО участвуют все команды. Состав команды 8 человек: 4 мужчины и 4 женщины.

Стартуют одновременно 2 команды параллельно на 2-х дорожках. Один участник команды выполняет все упражнения и передает эстафету следующему участнику. Задача команды – выполнить правильно все упражнения. За нарушение техники выполнения упражнения начисляется штрафное время.

Результат команды подводится по сумме общего времени прохождения эстафеты всей командой и штрафного времени каждого участника.

Победителем «Эстафеты ГТО» становится команда, показавшая наименьшее суммарное время.

### **Виды спортивной программы «Эстафета ГТО»:**

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

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

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

Участнику необходимо выполнить прыжок с места толчком двумя ногами на расстояние не меньше 180 см для юношей и 160 см для девушек. Общее число повторений – 3 раза для всех участников.

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

Участник выполняет поднимание туловища из положения лежа на спине. Общее число повторений 20 раз для мужчин и для женщин.

#### **4. «Присед с отягощением»**

Участники выполняют присед с отягощением на плечах. Общее число повторений 10 раз (16 кг мужчины, 8 кг женщины).

#### **5. Возвратный бег**

### **Техника выполнения и начисление штрафного времени за нарушение техники выполнения программы «Эстафета ГТО»:**

#### **1. 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.

**Ошибки и штрафное время:**

*Невыполнение нужного количества повторений, за каждое не выполненное повторение – 10 с.*

*Нарушение требований исходного положения – 10 с.*

*Нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги» - 10 с.*

*Отсутствие фиксации на 1 секунду исходного положения – 10 с.*

*Превышение допустимого угла разведения локтей – 10 с.*

*Разновременное разгибание рук – 10 с.*

**2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами**

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. 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.

**Ошибки и штрафное время:**

*Невыполнение нужного количества повторений, за каждое не выполненное повторение – 10 с.*

*Заступ за линию отталкивания или касание её – 10 с.*

*Отталкивание с предварительного подскока – 10 с.*

*Прыжок меньше заданного расстояния – 10 с.*

**3. Поднимание туловища из положения лежа на спине**

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате или платформе, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата/платформы, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу/платформе. Участник выполняет максимальное количество поднятий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.

**Ошибки и штрафное время:**

*Невыполнение нужного количества повторений, за каждое не выполненное повторение – 10 с.*

*Отсутствие касания локтями бедер (коленей) – 10 с.*

*Отсутствие касания лопатками мата – 10 с.*

*Размыкание пальцев рук «из замка» - 10 с.*

*Смещение таза (поднимание таза) – 10 с.*

*Изменение прямого угла согнутых ног – 10 с.*

**4. Приседание с отягощением**

Участник выполняет приседание с весом (мешком) необходимое количество раз, указанное в программе Фестиваля.

Приседание выполняется из исходного положения: ноги стоят шире плеч, стопы стоят параллельно, мешок располагается на плечах. Приседание осуществляется до тех пор, пока таз не опустится ниже линии колен (90 градусов). После необходимо подняться в исходное положение.

**Ошибки и штрафное время:**

*Невыполнение нужного количества повторений, за каждое не выполненное повторение – 10 с.*

*Отягощение не на указанном месте – 10 с.*

*Приседание сделано не до конца (таз не опущен ниже уровня колен – меньше 90 градусов) – 10 с.*

## **VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Результаты выполнения испытаний каждым участником фиксируются и вносятся в автоматизированную систему подсчёта, основанную на 100 – очковой таблице оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО согласно Методическим рекомендациям по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Личный зачет в «Многоборье ГТО» подводится отдельно среди юношей (1, 2, 3 место) и среди девушек (1, 2, 3 место) в каждой возрастной ступени комплекса ГТО. Победители определяются по наибольшему количеству очков по результатам выполнения испытаний. При равенстве суммы очков у двух или более участников, преимущество получает участник с лучшим результатом в беге на 100 м, а при равенстве этих результатов – являющийся самым старшим по возрасту.

Победители «Эстафеты ГТО» определяются по наименьшему затраченному времени прохождения всех этапов эстафеты всеми участниками команды с учетом штрафов. При одинаковых результатах у двух и более команд, преимущество получает команда, набравшая наименьшее штрафное время.

Общекомандный зачёт подводится по наибольшей сумме баллов, набранных каждым участником команды по всем видам испытаний, и баллам команды за «Эстафету ГТО» (Приложение №2).

## **VII. ПОРЯДОК И УСЛОВИЯ ПОДАЧИ ЗАЯВЛЕНИЯ, ПРОТЕСТА**

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

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, но не позднее, чем через 15 мин после окончания выполнения соответствующего упражнения всеми участниками.

Если по устному заявлению решение не принято на месте, 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.

В протесте должны быть указаны разделы и пункты Положения, которые, по мнению подающего протест, были нарушены 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.

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 команды.

Если 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.

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.

До решения Главного судьи по протесту участник может быть допущен к соревнованию «под протестом» решением Главного судьи.

Подписание итогового протокола возможно только после завершения работы Главной судейской коллегии, с учетом удовлетворения всех заявленных протестов в письменной форме.

## **VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники, занявшие 1, 2, 3 места в личном зачете «Многоборье ГТО» раздельно среди мужчин и женщин в каждой возрастной ступени, награждаются призами с символикой ГТО, медалями и дипломами.

Команды, занявшие 1, 2, 3 места в «Эстафете ГТО», награждаются дипломами и сувенирной продукцией с символикой ГТО.

Команды, занявшие 1, 2, 3 место в общекомандном зачете, награждаются кубками и дипломами.

## **IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы по проведению I (внутривузовского) этапа Фестиваля, командированию участников и сопровождающих лиц к месту проведения II (регионального) этапа Фестиваля (проезд до места проведения и обратно, питание, страхование участников, питание сопровождающих лиц) несут командирующие организации.

Расходы по проведению Фестиваля, связанные с оплатой работы судейского и обслуживающего персонала, медицинского сопровождения, предоставлением спортивной базы, приобретением наградной атрибутики (кубки, медали, дипломы) и призов, несет ГАУ ЛО «Центр развития и мониторинга физической культуры и спорта» за счет средств бюджета Липецкой области в рамках выполнения государственного задания.

## **X. 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 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 №1144 н «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».

## **XI. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ**

Участие в Фестивале осуществляется при наличии оригинала полиса обязательного медицинского страхования и договора (страхового полиса) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев при участии в физкультурном мероприятии (соревнования по видам испытаний, включенным в спортивную программу Фестиваля – ГТО, полиатлон).

Страхование участников соревнований производится за счёт средств командирующей организации/личных средств участника и внебюджетных средств в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

## **XII. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

**Предварительные заявки** на участие во II (региональном) этапе Фестиваля по установленной форме (Приложение №1) необходимо направить Региональному оператору на адрес электронной почты [GTO-48@yandex.ru](mailto:GTO-48@yandex.ru) с пометкой «Фестиваль ГТО».

**Срок предоставления заявки – до 24 февраля 2026 года (включительно).**

***Заявки, направленные после установленного срока, рассматриваться не будут!***

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

– оригинал заявки по форме согласно Приложению №1 (идентичную предварительной заявке без запасных участников), заверенную подписью врача и печатью медицинского учреждения или лечебно-физкультурного диспансера, подписью ректора (директора) ВУЗа и печатью учебного учреждения;

– паспорт (оригинал) на каждого участника;

– страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;

– оригинал договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев на каждого участника команды или на команду в целом с указанием ФИО всех участников;

– студенческий билет или справку с места учебы на каждого участника.

Для получения справочной информации: телефон +7 (4742) 234-651.



**ЗАЯВКА**  
**на участие в Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**  
**«Готов к труду и обороне» (ГТО)**  
**среди обучающихся образовательных организаций высшего образования**

\_\_\_\_\_  
 (наименование учебного заведения)

\_\_\_\_\_  
 (наименование команды)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	УИН участника	Номер телефона	Виза врача*
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.	<i>Представитель команды</i>				

Допущено к региональному этапу Фестиваля \_\_\_\_\_ обучающихся.

Врач \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(прописью)  
(Ф.И.О.) (подпись)  
*(М.П. медицинского учреждения)*

Ректор \_\_\_\_\_  
 « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2026г. (Ф.И.О. полностью, подпись, телефон)  
 М.П.

**Ф.И.О. представителя (полностью)** \_\_\_\_\_

**Контактный телефон** \_\_\_\_\_

**Таблица**  
**начисления баллов в виде спортивной программы**  
**«Эстафета ГТО»:**

<b>Место</b>	<b>Количество баллов</b>
1 место	800 баллов
2 место	720 баллов
3 место	640 баллов
4 место	560 баллов
5 место	480 баллов
6 место	400 баллов
7 место	350 баллов
8 место	300 баллов
9 место	250 баллов
10 место	200 баллов
11 место	150 баллов
12 место	100 баллов
13 место	90 баллов
14 место	80 баллов
15 место	70 баллов
16 место	60 баллов
17 место	50 баллов
18 место	40 баллов
19 место	30 баллов
20 место	20 баллов
Неучастие команды	0 баллов

