

## УТВЕРЖДАЮ

Директор Департамента развития  
физической культуры и массового  
спорта Министерства спорта  
Российской Федерации



В.Н. Малиц

2019 г.

### Регламент

**формирования команд участниц, организации допуска к мероприятиям, направленным на выполнение и оценку испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в рамках Фестиваля ГТО среди семейных команд**

#### І. Общие положения

Настоящий регламент разработан в целях организации проведения мероприятий Фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди семейных команд (далее соответственно – Фестиваль, комплекс ГТО) согласно Положению о Фестивале и в соответствии с нормативными правовыми актами, регулирующими деятельность комплекса ГТО.

Регламент устанавливает:

- порядок формирования сборных команд участниц Фестиваля и требования к их составу;
- условия допуска участников к мероприятиям Фестиваля, отстранения от участия в мероприятиях, порядок работы комиссии по допуску команд к участию в Фестивале;
- порядок и правила выполнения и оценку выполнения участниками нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, составляющих программу Фестиваля.

Организация и проведение тестирования участников Фестиваля по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО осуществляется в соответствии с порядком организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, утвержденным приказом Минспорта России от 28.01.2016 № 54, настоящим регламентом и правилами соревнований по видам спорта, дисциплины которых входят в государственные требования к уровню физической подготовленности населения.

## II. Порядок формирования команд и состав участников

В соответствии с IV разделом Положения к участию в III этапе (всероссийском) Фестиваля допускаются семейные команды от субъектов Российской Федерации, победители II этапа (регионального) Фестиваля.

Состав команды **4 человека** от каждого субъекта Российской Федерации, в том числе 4 участника (1 мужчина (отец) и 1 женщина (мать); 1 мужчина (дедушка) или 1 женщина (бабушка), 1 ребёнок (не зависимо от пола), в следующих возрастных группах:

- ребенок (девочка или мальчик): 9-10 лет (вторая ступень комплекса ГТО),
- отец и мать: 30-49 лет (седьмая и восьмая ступени комплекса ГТО),
- дедушка или бабушка: 50-69 лет (девятая и десятая ступень комплекса ГТО).

Возраст участников финала Фестиваля в соответствующей ступени комплекса ГТО определяется на дату завершения финала Фестиваля 4 мая 2019 года.

Для участия в финале Фестиваля все участники должны быть зарегистрированы на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО в информационно-коммуникационной сети Интернет по адресу [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и иметь уникальный идентификационный номер (УИН).

Участники, включенные в состав сборной команды, проходят обязательное медицинское обследование, по результатам которого получают медицинское заключение о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям в соответствии с Положением об организации медицинского осмотра (обследования) лиц, занимающихся физической культурой и массовыми видами спорта, утвержденным приказом Минздрава России от 01.03.2016 № 134н «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».

В соответствии с Положением о Фестивале формируется заявка на участие в III этапе Фестиваля, которая включает в себя следующие сведения о каждом участнике команды:

- ФИО участника;
- полную дату рождения (число, месяц, год);
- уникальный идентификационный номер участника комплекса ГТО, полученный при регистрации на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru);

– отметка медицинского работника о наличии медицинского допуска к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Заявка заверяется руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, а также медицинским работником и печатью медицинского учреждения, допускается предоставление персональных медицинских заключений на каждого члена команды, оформленного в соответствии с установленными требованиями.

В срок до 15 апреля 2019 года заявка направляется в АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов» на электронную почту [vfsk\\_gto@dspkazan.com](mailto:vfsk_gto@dspkazan.com), [g.mukhametzyanova@dspkazan.com](mailto:g.mukhametzyanova@dspkazan.com) для проверки и формирования списков участников финала Фестиваля.

В случае наличия замечаний по заявке, она возвращается на доработку с указанием причин возврата. Повторно заявка направляется после устранения замечаний, незамедлительно.

Заявки, поступившие после 15 апреля 2019 года не рассматриваются, команды к участию в финале Фестиваля не допускаются.

Вместе с предварительной заявкой в Дирекцию направляется фото участников команды в электронном виде (3x4, на белом фоне, с указанием в наименовании файла ФИО и УИН номер), краткий отчет о проведении II (регионального) этапа Фестиваля, составленный в произвольной форме с указанием количества участников, участвовавших в II (региональном) этапе Фестиваля, программы мероприятий, количества судей, их категории. К отчету прилагаются копии протоколов II (регионального) этапа Фестиваля с результатами членов сборной команды.

Основанием для командирования команды на III (всероссийский) этап Фестиваля является официальный вызов Министерства спорта Российской Федерации.

Официальные вызовы командам на III этап Фестиваля направляются за 5 дней до даты проведения III этапа Фестиваля.

В соответствии с X разделом положения о Фестивале на каждого участника оформляется договор страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения мероприятий Фестиваля (с 30 апреля по 4 мая 2019 года). Участники команды субъекта Российской Федерации должны иметь единую парадную форму.

### **III. Организация допуска команд предприятий к участию в Фестивале**

Рассмотрение заявок и допуск участников к финалу Фестиваля осуществляет комиссия по допуску участников. Состав комиссии формируется организаторами Фестиваля, в ее состав включается председатель Главной судейской коллегии финала Фестиваля.

Комиссия по допуску участников работает 30 апреля и 1 мая 2019 года по адресу: Краснодарский край, г. Сочи, Курортный проспект д. 87В, кабинет «Секретариат», «Федеральный центр единоборств» 1 этаж с 14.00 до 20.00

В дни работы комиссии по допуску руководитель (представитель) команды представляет в комиссии следующие документы и сведения:

- официальный вызов;
- оригинал заявки, заверенный руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, медицинской организации;
- паспорт (оригинал), свидетельство о рождении (для участников до 50 лет) 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.

Условиями допуска участника к участию в финале Фестиваля и прохождению тестирования являются:

- регистрация на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО по адресу в сети [www.gto.ru](http://www.gto.ru);
- наличие уникального идентификационного номера (УИН), получаемого по итогам регистрации на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО;
- правильность заполнения данных участника, указанных при регистрации на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО и в именной заявке на участие в финале Фестиваля;
- предъявление документа, удостоверяющего личность;
- наличие медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом;
- предъявление полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения финала Фестиваля;
- предъявление копии полиса обязательного медицинского страхования.

**Участник не допускается к финалу Фестиваля в следующих случаях, если он:**

- не принимал участие во II этапе Фестиваля;
- не зарегистрирован на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО по адресу в сети [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и ему не присвоен УИН;
- отсутствует в заявке на участие в финале Фестиваля;

- не представил документ, удостоверяющий его личность;
- не имеет или не представил медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом, полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев на период проведения Фестиваля (с 30 апреля по 4 мая 2019г) и копию полиса обязательного медицинского страхования;
- не соответствует установленным Положением требованиям к возрасту участников III этапа Фестиваля;
- не имеет спортивной формы или экипировки для участия в финале Фестиваля;
- допускает недисциплинированное, некорректное поведение или грубость в отношении других лиц (в том числе и судей) при выполнении испытаний (тестов) комплекса ГТО программы финала Фестиваля.

Комиссия по допуску проверяет представленные документы и принимает решение по допуску участников команд. Решение о допуске команды объявляется представителю команды сразу после его принятия.

Замена участника соревнований по непредвиденным обстоятельствам после подачи заявки возможна только при соблюдении всех требований и условий, предъявляемых к участникам Фестиваля и по согласованию с АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов».

Порядок и очередность выступления команд в соревновательной части Фестиваля определяется Главной судейской комиссией после регистрации всех команд участниц путем проведения жеребьевки. Результаты жеребьевки, а также ежедневная программа финала Фестиваля доводится представителям команд на установочном совещании по итогам работы комиссии по допуску.

#### **IV. Условия выполнения и порядок оценки выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО программы Фестиваля**

Соревнования финала Фестиваля являются лично-командными. Программа III этапа Фестиваля состоит из спортивной программы, и может включать культурную программу. Культурная программа Фестиваля определяется организаторами.

Спортивная программа Фестиваля состоит из испытаний (тестов) комплекса ГТО для второй, седьмой - десятой ступеней, и предусматривает выполнение следующих испытаний (тестов) комплекса ГТО:

##### **Ребенок (девочка или мальчик): 9-10 лет (III ступень):**

- Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики);
- Подтягивание из виса на низкой перекладине (девочки);
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- Поднимание туловища из положения лежа на спине;
- Бег на 60 м.

**Отец: 30-49 лет (VII-VIII ступени):**

- Подтягивание из виса на высокой перекладине/рывок гири 16 кг (по выбору);
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- Поднимание туловища из положения лежа на спине;
- Бег на 3 000 м (для VII ступени); бег на 2 000 м (для VIII ступени).

**Мать: 30-49 лет (VII-VIII ступени):**

- Подтягивание из виса на низкой перекладине;
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- Поднимание туловища из положения лежа на спине;
- Бег на 2 000 м.

**Дедушка или бабушка: 50-69 лет (IX-X ступени):**

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (50-59 лет, IX ступень);
- Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (60-69 лет, X ступень);
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- Поднимание туловища из положения лежа на спине;
- Бег на 2 000 м. (50-59 лет, IX ступень);
- Смешанное передвижение на 2 000 м. (60-69 лет, X ступень).

**Эстафета ГТО** – командные соревнования, принимают участие все участники команды.

Испытания (тесты) комплекса ГТО в рамках программы Фестиваля выполняются в соответствии с методическими рекомендациями (от 01.02.2018г.) по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 12.02.2019 № 90.

Результаты участников определяются согласно 100-очковой таблице, утвержденной приказом Минспорта России от 21.09.2018 г. № 814.

Во время выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО в рамках программы Фестиваля участник не может пользоваться помощью лиц, находящихся непосредственно в местах проведения испытаний.

Порядок выполнения и оценка испытаний программы Фестиваля:

### **1. 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.

### **2. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине**

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, руки на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, споты вместе, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

Высота грифа перекладины для участников I - IX ступеней - 90 см по верхнему краю.

Для того чтобы занять исходное положение, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая

подбородка от перекладины, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. Помощник судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает исходное положение.

Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, возвращается в исходное положение, зафиксировав на 1 с и продолжает выполнение испытания.

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, отсутствии прямой линии тела между головой, туловищем и ногами;

- нарушение техники выполнения испытания:

- подтягивание выполнено с нарушением прямой линии «голова - туловище - ноги»;

- подбородок тестируемого не поднялся выше грифа перекладины;

- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

- отсутствие фиксации на 1 с исходного положения.

### **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, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Испытание (теста) выполняется парно. Поочередно один из партнеров выполняет испытание (тест), другой удерживает его ноги за ступни и (или) голени. При наличии специализированного лицензионного оборудования для выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, удержание ног может осуществляться участником в специальном пазе спортивного снаряда самостоятельно.

***Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:***

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);



- *отсутствие касания лопатками мата;*
- *размыкание пальцев рук «из замка»;*
- *смещение таза (поднимание таза)*
- *изменение прямого угла согнутых ног.*

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

Тестирование проводится в гимнастическом (спортивном) зале или на универсальной спортивной площадке. Место выполнения испытания ограждается лентой.

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 вслух или с использованием специальных приспособлений (электронных контактных платформ).

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

По решению ГСК, при большом количестве участников, может быть установлено время выполнения упражнения 3 минуты. В случае установления времени на выполнение упражнения, судья на виде подает команду «Начали», после чего засекает время, объявляется истечение каждой минуты, за 10 секунд до окончания времени, судья озвучивает это фразой «Осталось 10 секунд». По истечении времени подает команду «Стоп, завершить упражнение». Участнику объявляется его предварительный результат.

#### ***Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:***

- *нарушение требований к исходному положению;*
- *нарушение техники выполнения испытания;*
- *нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;*
- *отсутствие фиксации на 1 секунду исходного положения;*
- *превышение допустимого угла разведения локтей;*
- *разновременное разгибание рук.*

#### **4.1. Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью**

В возрастной группе 60 - 69 лет (X ступень) участники выполняют сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью. Остальные требования к

выполнению испытаний и недопущению ошибок аналогичны требованиям испытания «Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу».

### **5. Рывок гири**

Тестирование проводится на помосте или любой ровной площадке размером 2х2 метра. Участник выполняет испытание в спортивной форме, позволяющей судьям определять выпрямление работающей руки и разгибание ног в тазобедренных и коленных суставах (рекомендуется футболка с коротким рукавом и шорты).

Для выполнения испытания используется гиря весом 16 кг. *Контрольное время выполнения упражнения – 4 мин.* Засчитывается суммарное количество правильно выполненных рывков гири правой и левой рукой.

#### **Техника выполнения испытания**

За 2 минуты до начала тестирования участник приглашается на помост, при необходимости готовит снаряд и руки для тестирования и встает лицом к судье и принимает гимнастическую стойку (ноги на ширине плеч, стопы параллельны, руки за спиной).

За 5 секунд до старта производится обратный отчет времени 5; 4; 3; 2; 1 и подается команда судьи «Старт!». Участник должен, оторвав гирю от помоста, непрерывным движением поднять её вверх до полного выпрямления руки и зафиксировать в верхнем положении не менее чем на 0,5 секунды.

При этом работающая рука, ноги и туловище должны быть выпрямлены, движение гири и участника остановлены. После фиксации вверху участник должен, не касаясь гирей туловища, опустить ее вниз (без касания помоста) для выполнения следующего подъема.

Рывок гири выполняется в один приём, сначала одной рукой, затем, без перерыва, другой. Переход к выполнению упражнения другой рукой может быть сделан только один раз. Для смены рук разрешено использовать дополнительные замахи.

Участник может начинать испытание с любой руки и переходить к выполнению испытания второй рукой в любое время, отдыхать, держа гирю в верхнем либо нижнем положении не более 5 секунд.

Во время выполнения испытания судья на помосте засчитывает каждый правильно выполненный рывок гири после фиксации не менее чем на 0,5 секунды.

Засчитывается количество правильно выполненных рывков гири правой и левой рукой.

Если участник оторвет гирию до команды «Старт!», судья останавливает выполнение командой «Стоп!», после чего гирия устанавливается в первоначальное положение.

Для начала тестирования судья вновь подает команду «Старт!». При нарушении правил техники рывка судья на помосте подает команды: «Не считать!».

***Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:***

- дожим гири;
- касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки;
- изгиб и скручивание туловища, сгибание в тазобедренном суставе в момент фиксации гири.

***Испытание прекращается судьей в следующих случаях:***

- постановка гири на голову, плечо, грудь, ногу или помост;
- выход за пределы помоста;
- многократное нарушение правил тестирования (техническую неподготовленность).

***Во время выполнения испытания не допускается:***

- использование каких-либо приспособлений, облегчающих подъем гири, в том числе гимнастические накладки;
- использование канифоли для подготовки ладоней.

## **6. Бег на 2000 м, 3000 м**

Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Испытание 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 бег.

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 секунды.

Максимальное количество участников в одном забеге на дистанцию 1 000 – 2 000 метров составляет не более 15 человек, 3 000 метров – не более 20 человек.

## **7. Смешанное передвижение**

Смешанное передвижение состоит из бега, переходящего в ходьбу в любой последовательности. Смешанное передвижение 2 км на стадионе или любой ровной местности. 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. Сочетание отрезков ходьбы и бега каждый участник выбирает самостоятельно в зависимости от самочувствия. Тестируемым старших возрастных групп рекомендуется начинать испытание с ходьбы, причем ее темп каждый выбирает по самочувствию, затем можно увеличить частоту шагов и перейти на ускоренную ходьбу, а при хорошем самочувствии на бег. Максимальное количество участников в забеге не более 20 человек.

### **8. Бег на 60 метров**

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Дорожки размечаются белой краской, ширина линий разметки 5 см, ширина дорожек 1,22+/-0,1 м. 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!» они начинают 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).

### **9. Наклон вперед из положения стоя 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 наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

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

**Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:**

- сгибание ног в коленях;
- фиксация результата пальцами одной руки;
- отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.

## **10. Эстафета ГТО**

Эстафета ГТО состоит из 5 этапов, проводится на стадионе, дистанция - 300м. Участвует команда в составе 4 человек (папа, мама, ребёнок, бабушка/дедушка). Расстановка на этапах прописана в описании дистанций.

**1 этап для папы - «Памперс бол».** Дистанция - 30м. Старт.

На участника одевается специальная экипировка: надувные ботинки, надувной «памперс», к экипировке прилагается надувной мяч (диаметр мяча 2м), который на финише необходимо забить в импровизированные ворота. Дистанция представляет собой полосу, на которой установлены препятствия (конусы).

Задача: пройти дистанцию, не задев конусы мячом, и забить мяч в ворота за максимально короткое время.

Штрафы:

Сбил 1 кеглю – 4с;

Задел кеглю – 2с.

**2 этап для мамы - «Беличье колесо».** Дистанция - 50м.

По заданной дистанции участник выполняет бег в колесе до определенной отметки(конус). Обогнув его, необходимо вернуться.

**3 этап для бабушки/дедушки - «Скачки на коне».** Дистанция - 50м.

Этап представляет собой скачки на надувном коне. Задача участника - за максимально короткое время достичь финиша, преодолевая препятствия в виде конусов.

Штрафы:

Задел конус – 1с;

Сбил конус – 2с.

#### **4 этап для ребёнка - «Полоса препятствий».**

Задача участника за максимально короткое время пройти пневматическую полосу препятствий длиной 36м. Полоса препятствий состоит из: блок-переправа, блок-рамки, блок-зубья, блок-улья, блок-частокол, блок-гора.

**5 этап – Эстафета для всех участников соревнований. «Командные лыжи».**  
Дистанция - 50м.

В эстафете участвуют все участники команды. Атракцион представляет собой две гигантские лыжи с отверстиями для ног и креплениями для 4-х человек. Задача команды – двигаться, соблюдая единый ритм, и пройти дистанцию за максимально короткое время.

#### **Определение результата эстафеты.**

Результат эстафеты фиксируется по завершении участниками 5го (последнего) этапа. Время завершения Эстафеты считается по последнему участнику команды.

Общее время прохождения всех этапов каждым участником команды суммируется со штрафными секундами, полученными участниками команды во время прохождения этапов, а также время 5 этапа и затем определяется итоговый результат эстафеты.

Команда, затратившая наименьшее количество времени на прохождение всех этапов эстафеты, признается победителем.

В случае одинакового итогового времени у двух и более команд, преимущество отдается команде, у которой меньше количество штрафного время.

### **V. Порядок и условия подачи заявления, протеста, апелляции**

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

5.2. 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 о Фестивале или Регламента Фестиваля, но не позднее, чем через 15 мин после окончания выполнения соответствующего упражнения всеми участниками.

Если по устному заявлению решение не принято на месте, или участник либо 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, а протест на результаты соревнования - не позднее одного часа с момента представления на информационных стендах предварительных результатов соревнования по виду.

5.3. В протесте должны быть указаны разделы и пункты Положения и (или) Регламента, которые, по мнению подающего протест, были нарушены спортивными 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.

5.4. 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 команд.

5.5. Если участник или 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.

5.6. 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.

5.7. До решения Главного судьи или Апелляционного жюри по протесту, участник может быть допущен к соревнованию «под протестом» решением Главного судьи Фестиваля.