

УТВЕРЖДАЮ:
Президент РФСО «Федерация Многоборья готов к труду и обороне Хабаровского края»
Федосов С.С.
«20» Января 2024 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении Чемпионата по многоборью ГТО
"ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЕ ИГРЫ"

25 - 26 мая

г. Хабаровск 2024

1. Общие положения

1.1. Положение о проведении открытого Чемпионата по многоборью готов к труду и обороне (далее – ГТО) ИГРЫ ГТО «ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЕ ИГРЫ» (далее – соревнования) является основным документом для проведения соревнований и определяет цели, задачи, порядок организации и проведения мероприятия, сроки проведения и награждения победителей и призеров соревнований.

1.2. Организаторы оставляют за собой право внесения изменений и дополнений в Положение, о чем будет сообщено участникам не позднее, чем за два дня до начала проведения соревнований.

1.3. Цели соревнований:

1.3.1. Соревнования проводятся в целях популяризации здорового образа жизни, формирования эффективной физической активности, а также развития многоборья ГТО.

1.3.2. Популяризация многоборья ГТО среди всех возрастов населения;

1.3.3. Укрепление дружеских взаимоотношений между спортсменами из России.

1.4. Задачи соревнований:

- привлечение к занятиям физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности и спортивного мастерства;
- выявление наиболее сильных атлетов из заявившихся участников, по итогам выполнения всех заданий, именуемыми комплексами.

2. Место и сроки проведения соревнований.

2.1. Инструктаж и выдача стартовых пакетов будет проходить 25 мая 2024 года, на месте проведения соревнований.

2.2. Соревнования проводятся в 2 этапа. 25 и 26 мая г. Хабаровск, улица Советская, 2а, баскетбольная площадка. (места проведения могут быть изменены)

3. Организаторы соревнований.

3.1. Общее руководство соревнований осуществляет президент РФСОО «Федерация Многоборья готов к труду и обороне Хабаровского края» Федосов Святослав Сергеевич.

4. Обеспечение безопасности участников.

4.1. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом».

4.2. Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства РФ от 18.04.2014 № 353 «Об утверждении правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований» (ред. от 17.05.2022 г).

4.3. Контроль по выполнению требований безопасности возлагается на главного судью соревнований.

4.4. Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии договора (оригинал) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, который предоставляется в комиссию

на каждого участника.

4.5. Организаторы обеспечивают участников спортивного мероприятия медицинским персоналом.

5. Участники соревнований.

5.1. К участию допускаются все желающие, принимающие правила соревнований, имеющую спортивную страховку и не имеющие медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, получившие медицинский допуск (справку) из любого медицинского учреждения, содержащую:

- наименование медучреждения, выдавшего её;
- личные данные спортсмена – Ф.И.О. и дату рождения;
- дату выдачи и срок действия врачебного заключения (не более 6 месяцев);
- название вида спорта (кроссфит, функциональный фитнес, функциональное Многоборье, многоборья ГТО, ГТО);
- поле о выявленных противопоказаниях (заполненное прочерком);
- заключение («без ограничений допущен к участию в соревнованиях»);
- подпись врача-терапевта;
- печати специалиста и медицинского учреждения

5.2. Соревновательные категории открытого Чемпионата по многоборью ГТО:

- Мужчины «Первая попытка»;
- Женщины «Первая попытка»;
- Мужчины «Профессионалы»;
- Женщины «Профессионалы»;
- Мужчины «Продвинутые»;
- Женщины «Продвинутые».
- Мужчины «Любители»;
- Женщины «Любители»;

5.3. В категории «Первый опыт» могут участвовать спортсмены, не имеющие опыта участия в соревнованиях многоборья ГТО, CrossFit, функциональному многоборью.

Возможные упражнения в комплексе:

- Мужчины (приседания, отжимания с руками на возвышенности 50см, подъемы на пресс, берпи, зашагивания на тумбу 50см, бег, прыжки в длину 150см, работа с отягачениями не превышающие 20кг).

- Женщины (приседания, подъемы на пресс, берпи, зашагивания на тумбу 50см, бег, прыжки в длину 100см, работа с отягачениями не превышающие 10кг).

5.4. В категории «Любители» могут участвовать спортсмены, имеющие стаж тренировок более 1-го года, участвующие в соревнованиях не более 4-х раз и не занимавшие призовые места в любительских категориях любого уровня организации на соревнованиях по многоборью ГТО, функциональному многоборью, CrossFit.

Возможные упражнения в комплексе:

- Мужчины. Упражнения со штангой весом до 60 (становая тяга, приседания, выпады), упражнения с гирей/гантелей весом не более 24кг (махи/рывки/толчки, приседания, выпады), гимнастические (отжимания, подтягивания любым способом, подъем по канату, носки к перекладине, подъем на пресс), полиметрические (прыжки на тумбу 60см., в длину 170см),

моноциклические упражнения (прыжки на скакалке -одинарные крестом/ одинарные назад, бег, гребля, велобайк).

- Женщины. Упражнения со штангой весом до 30 (становая тяга, приседания, выпады), упражнения с гирей/гантелей весом не более 16кг (махи/рывки/толчки, приседания, выпады), гимнастические (отжимания с руками на возвышенности 50см, подъем по канату, колени к груди на перекладине, подъем на пресс), полиметрические (прыжки на тумбу 50см., в длину 150см), моноциклические упражнения (прыжки на скакалке -одинарные крестом/ одинарные назад, бег, гребля, велобайк).

5.5. В категории «Продвинутые» могут участвовать спортсмены имеющие достаточный опыт соревновательной деятельности на территории ДВФО, а также спортсмены имеющие опыт соревновательной деятельности за пределами ДВФО при этом не вошедшие в топ 10 любительских категорий. К участию не допускаются спортсмены ранее принимавшие участие в профессиональных категориях соревнований любого уровня организации, за исключением участников с длительным отсутствием соревновательной деятельности(отсутствие тренировок, травмы и т.п.) .

Возможные упражнения в комплексе:

- Мужчины. Упражнения со штангой не превышающей (становая тяга 100кг, взятия на грудь 80кг, рывок 60кг, приседания 100, выпады 60кг) вес в проходках на одноповторный максимум не регламентируется, упражнения с гирей 32кг/гантелей 30кг (махи, рывки, толчки, приседания/ выпады с отягощениями над головой), гимнастические (отжимания, строгие подтягивания, выходы силой, подъем по канату, носки к перекладине, подъем на пресс, отжимания в стойке на руках), полиметрические (прыжки через тумбу, в длину), моноциклические упражнения (прыжки на скакалке - двойные, бег, гребля, велобайк).

- Женщины. Упражнения со штангой не превышающей (становая тяга 60кг, взятия на грудь 40кг, рывок 20кг, приседания 60, выпады 30кг) вес в проходках на одноповторный максимум не регламентируется, упражнения с гирей 24кг/гантелей 20кг (махи, рывки, толчки, приседания/ выпады с отягощениями над головой), гимнастические (отжимания, подтягивания любым способом, подъем по канату, носки к перекладине, подъем на пресс, отжимания в стойке на руках), полиметрические (прыжки через тумбу, в длину), моноциклические упражнения (прыжки на скакалке - двойные, бег, гребля, велобайк).

5.6. В категории «Профессионалы» могут участвовать спортсмены, имеющие значительный соревновательный опыт по многоборью ГТО, функциональному многоборью, CrossFit.

Возможные упражнения в комплексе:

- Мужчины. Упражнения со штангой легким, средним и тяжелым весом (становая тяга, взятия на грудь, рывки, приседания, выпады), упражнения с гирей/гантелей (махи, рывки, толчки, приседания/ выпады с отягощениями над головой), гимнастические (отжимания, подтягивания, подъем по канату, носки к перекладине, подъем на пресс, отжимания в стойке на руках без опоры, ходьба на руках с пируэтами и через препятствия, выходы силой на турнике и кольцах), полиметрические (прыжки через тумбу, в длину), моноциклические упражнения (прыжки на скакалке - двойные/ двойные крестом/ двойные назад, бег, гребля, велобайк).

- Женщины. Упражнения со штангой легким, средним и тяжелым весом (становая тяга, взятия на грудь, рывки, приседания, выпады),

упражнения с гирей/гантелями (махи, рывки, толчки, приседания/ выпады с отягощениями над головой), гимнастические (отжимания, подтягивания, подъем по канату, носки к перекладине, подъем на пресс, отжимания в стойке на руках без опоры, ходьба на руках через препятствия, выходы силой на турнике), полиметрические (прыжки через тумбу, в длину), моноциклические упражнения (прыжки на скакалке - двойные/ двойные крестом/ двойные назад, бег, гребля, велобайк).

5.7. После завершения регистрации Организаторы оставляют за собой право изменить выбранную спортсменом категорию, если будет выявлен факт того, что выбранная спортсменом категория не соответствует фактической.

5.7.1. На основании результатов первого комплекса организаторы оставляют за собой право перевести участника в категорию уровня выше текущего.

5.8. Возраст участника определяется на момент фактической даты проведения соревнований.

5.9. Соревнования проводятся в индивидуальном зачете.

5.10. При получении стартового пакета каждый участник обязан подписать заявление в соответствии с которым он берет на себя ответственность за состояние своего здоровья, подтверждает отсутствие противопоказаний, также полностью снимает с организаторов соревнований ответственность за возможный ущерб здоровью, полученный им во время мероприятия.

5.11. В случае, если участник решил прервать участие в соревнованиях, он должен проинформировать об этом главного судью соревнований. Медицинский персонал, организаторы и судьи мероприятия вправе отозвать участника, если сочтут это необходимым.

5.12. Участники должны демонстрировать спортивное поведение:

5.12.1. Неспортивное поведение такое как: споры, насмешки, оскорбление или физическое насилие в адрес других участников, судей, организаторов, спонсоров, оставляет право за организатором соревнований снимать баллы с нарушителей, дисквалифицировать с соревнований на неопределенный срок, привлекать к соответствующей ответственности.

5.13. Организаторы оставляют за собой право безоговорочного снятия с соревнований участника, который по мнению организаторов может нанести себе или окружающим травму при выполнении заданий соревнований.

6. Программа соревнований

6.1. Каждый из этапов соревнований может содержать в себе упражнения из гимнастики, тяжелой атлетики и моноциклических видов спорта (бег, прыжки на скакалке и пр.).

6.2. Организаторы оставляют за собой право определять последовательность упражнений, количество повторений, ограничение по времени выполнения упражнений.

6.3. Соревновательные комплексы упражнений будут оглашены:

- категория "Первая попытка", "Любители". После завершения первой волны регистрации 1 мая 2024 года 23:59 ч.(по владивостокскому времени).

- категория "Продвинутые", "Профессионалы". 25 мая 2024 года при проведении инструктажа.

6.4. Масштабирование или изменение соревновательных комплексов не допускается.

6.5. Подробное расписание и заходы спортсменов будут оглашены после завершения второй волны регистрации участников, которая завершается 21 мая 2024 года 23:59 ч.(по владивостокскому времени).

7. Подача заявок на участие.

7.1. Заявку на участие в соревнованиях можно подать по ссылке:

<https://forms.gle/f6Nsdfxbmz2PgzhT9>. Регистрация завершается 21 мая 2024 года 23:59 ч.(по владивостокскому времени).

7.2. Зарегистрированным считается участник, который подал заявку и оплатил организационный благотворительный взнос (далее – взнос). Стоимость взноса 2 700 рублей. Первой волне зарегистрированных участников полагаются стартовые пакеты. Первая волна регистрации с 26 января по 1 мая 2024 года 23:59 ч.(по владивостокскому времени) – 2 700рублей.

Вторая волна регистрации с 2 мая по 21 мая 2024 года 23:59 ч.(по владивостокскому времени) – 2 700 рублей.

Заявки поступившие после 21 мая 2024 года могут быть рассмотрены по решению Организаторов.

7.3. Регистрация

7.3.1. Подтверждение регистрации после поданной заявки и оплаты, осуществляется в течение 48 часов.

7.3.2. Перерегистрация (передача своего места в заявке другому участнику) производится до 21 мая 2024 года включительно. Заявка на замену участника направляется по номеру +7(914)166-64-73 в формате: ФИО, дата рождения, номер телефона, категория для обоих участников.

7.4. Оплата регистрации

7.4.1. В оплату за участие входит работа организаторов, судей и волонтеров, подготовка соревновательных площадок, стартовый набор (для зарегистрированных в первую волну).

7.4.2. Возврат стартового взноса участникам, принявшим решение не участвовать в соревнованиях - не предусмотрен.

7.4.3. Возврат стартового взноса участникам, не вышедшего по каким-либо причинам на старт - не предусмотрен.

7.5. Получение стартового набора

7.5.1. Выдача стартового набора осуществляется при предъявлении документа, удостоверяющего личность, медицинского заключения, в котором указано, что спортсмен допущен до участия в соревнованиях, расписку о личной ответственности, спортивную страховку участника.

7.5.2. Получить стартовый набор за третье лицо можно при предоставлении паспорта, медицинской справки и заполненного бланка личной ответственности самим участником.

7.5.3. Участник, не принявший участие в соревнованиях, вправе получить стартовый набор в течение 30 рабочих дней со дня завершения соревнований, предварительно связавшись с организаторами соревнований, при этом стартовый взнос не возвращается.

7.6. Допуск к участию в соревнованиях

7.6.1. Допуск до участия в соревнованиях осуществляется только при наличии медицинской справки в которой указано, что участник допущен до соревнований (разрешено участие); документа удостоверяющего личность; расписки об ответственности; спортивной страховки. При отсутствии одного из документов организаторы соревнований вправе не допустить участника до соревнований.

7.6.2. К участию в категориях, указанных в пункте 5.2, допускаются зарегистрированные

участники в возрасте от 18 лет и старше при наличии документов, перечисленных в пункте 7.6.1 настоящего положения.

8. Условия подведения итогов.

- 8.1. Результат участников соревнований фиксируется ручной записью судей. Подпись участника на бланке судьи атлет соглашается с результатами.
- 8.2. В отборочном этапе атлет с лучшим результатом получает 100 баллов, далее следует атлет со вторым результатом и получает 95 баллов и т.д. Первая пятерка атлетов – разница между местами 5 баллов, после пятого результата разница в баллах составляет 3 балла.
- 8.3. Комплексы, состоящие из двух частей: участник с лучшим результатом получает 50 баллов за каждый комплекс, далее следует атлет со вторым результатом и получает 47 баллов и т.д. Первая тройка атлетов – разница между местами 3 балла, после третьего результата – 2 балла.
- 8.4. В случае если количество участников превысит бальную систему, распределение баллов между местами может изменяться.
- 8.5. Если атлеты показали одинаковый результат, они получают равное количество баллов. Участник, следующий по результату за ними, получает количество баллов исходя из порядкового номера (например: 100,100,90,85 и т.д.).
- 8.6. В финальный этап проходят 8 участников каждой категории, занявшие с 1-го по 10-ое место включительно.
- 8.7. В финальном этапе атлет с лучшим результатом получает 100 баллов, далее следует атлет со вторым результатом и получает 90 баллов и т.д.
- 8.8. В соревнованиях ведется общий подсчет баллов по всем этапам.
- 8.9. Победитель в соревнованиях определяется по наибольшей сумме баллов за все этапы в своей категории.
- 8.10. Победителей и призеров соревнований определяет судейская коллегия в составе, утвержденном организаторами соревнований.

9. Апелляции.

- 9.1. Все апелляции относительно судейства, стандартов движения, подсчета очков и правил, подаются на имя главного судьи соревнований.
- 9.2. Апелляции подаются в письменной форме.
- 9.3. Атлеты не могут подавать апелляцию относительно судейства других участников.
- 9.4. Этапы подачи и рассмотрения апелляций:
 - 9.4.1 Апелляционный бланк берется у главного секретаря и после заполнения возвращается обратно.
 - 9.4.2. Только соревнующийся участник или его представитель (другие атлеты не участвуют в разрешении протеста) может подать апелляцию главному судье соревнований.
 - 9.4.3. Крайний срок подачи апелляций - не более 20 минут после завершения итогового комплекса соревновательного дня.
 - 9.4.4. Апелляции рассматриваются в конце соревновательного дня судейской коллегией в присутствии атлета или его представителя. В случае отсутствия атлета или его представителя - апелляция отклоняется.

9.4.3. Вся информация передается секретариату соревнований для вынесения финального решения.

9.5. Видео и фотографии принимаются в качестве доказательств, но не являются вескими причинами для принятия однозначного решения.

10. Страхование участников.

10.1. Условия страхования от несчастных случаев жизни и здоровья участников возлагается на самих участников или руководителей организаций, чьи интересы представляют атлеты на данных соревнованиях

11. Финансирование.

11.1. Подготовка и проведение соревнования осуществляется за счет:

- регистрационного взноса участников,
- привлечения партнеров,
- привлечение спонсоров.

11.2. Аренду инвентаря предоставляют партнёры соревнований.

11.3. Аренду соревновательной площадки предоставляет управление по физической культуре, спорту и делам молодежи администрации города Хабаровска.

11.4. Затраты питание судей и волонтеров, во время проведения соревнований, несут организаторы соревнований.

11.5. Победители соревнований награждаются грамотами и медалями.

11.6. Ценными призами награждение производится на усмотрение спонсоров и партнеров соревнований.