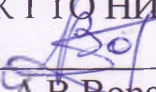


«УТВЕРЖДАЮ»

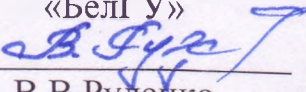
Директор центра тестирования
ВФСК ГТО НИУ «БелГУ»


А.В.Воронков

« 26 » февраля 2024

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор спортивного клуба НИУ
«БелГУ»


В.В.Руденко

« 26 » февраля 2024

Регламент соревнований по многоборью ГТО в зачет спартакиады сотрудников НИУ «БелГУ» 2023/24 учебного года

I. Время и место проведения Фестиваля.

Фестиваль проводится в три дня 14, 21 и 28 марта 2024 года. Прием заявок и регистрация участников 14 марта 2024 с 15.00 до 15.30 в УСК С.Хоркиной (пр-т Б. Хмельницкого, 3), легкоатлетический манеж.

II. Участники соревнований.

К участию в Фестивале допускаются преподаватели и сотрудники НИУ «БелГУ» в возрасте от 20 до 69 лет, имеющие медицинский допуск.

Соревнования лично-командные. Состав команды от каждого института и самостоятельного факультета неограничен.

Работники НИУ «БелГУ», не входящие в структуру института или самостоятельного факультета, могут участвовать в личном зачете.

III. Определение победителей.

Личный зачет (отдельно среди мужчин, отдельно среди женщин) в следующих возрастных ступенях: 8-я ступень – 20-24 лет, 9-я ступень – 25-29 лет, 10-я ступень – 30-34 лет, 11-я ступень 35-39 лет; 12-я ступень – 40-44 лет, 13-я ступень – 45-49 лет, 14-я ступень – 50-54 лет, 15-я ступень 55-59 лет, 16-я ступень – 60-64 лет, 17-я ступень 65-69 лет.

В командный зачет идут лучшие результаты в многоборье (по одному у женщин и у мужчин) в следующих возрастных группах: 20-29 лет, 30-39 лет, 40-49 лет, 50-59 лет, 60-69 лет. Если в команде не было участника в какой-либо возрастной группе, очки за эту группу не начисляются.

Победитель в личном зачете у мужчин определяется по сумме очков, набранных:

- в десяти испытаниях для возраста 20-39 лет;
- в девяти испытаниях для возраста 40-49 лет;
- в восьми испытаниях для возраста 50-59 лет;
- в пяти испытаниях для возраста 60-69 лет.

Победитель в личном зачете у женщин определяется по сумме очков, набранных:

- в девяти испытаниях для возраста 20-39 лет;
- в восьми испытаниях для возраста 40-49 лет;
- в семи испытаниях для возраста 50-59 лет;
- в пяти испытаниях для возраста 60-69 лет.

Очки в каждом испытании начисляются по таблице очков в соответствии с возрастом участника на момент тестирования*.

IV. Награждение.

Победители и призеры в личном зачете награждаются почетными грамотами.

Команды – победители и призеры в общекомандном зачете награждаются почетными грамотами и кубками.

V. Заявки.

Предварительные заявки* на участие в Фестивале в электронном виде подаются в центр тестирования ГТО НИУ «БелГУ» (gto@bsu.edu.ru) не позднее 13 марта 2024 года. Заявки с допуском врача подаются в судейскую коллегия в день соревнований. Возможно предоставление индивидуальной медицинской справки о допуске. На регистрацию участники должны иметь служебное удостоверение и заполненную карту участника*. Карту участника нужно сдавать в судейскую коллегия после каждого соревновательного дня.

* - Таблицу оценки, образец заявки, карту участника можно открыть по ссылке: <https://bsuedu.ru/bsu/info/officialdocs/sections.php?ID=735>

Регламент

1 день (14.03.24) в 15.30, УСК С.Хоркиной (пр-т Б. Хмельницкого, 3)

Тир УСК С.Хоркиной (ауд. 3-21), Легкоатлетический манеж

№	Испытания	участники
1	Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м из электронного оружия	Участники 20-59 лет
2	Наклон вперед стоя на скамье с прямыми ногами	Все участники
3	Прыжок в длину с места	Участники 20-39 лет
4	Бег на 60 метров	Участники 20-49 лет
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Все участники
6	Подтягивания в висе лежа на низкой перекладине 90 см	Женщины 20-59 лет
7	Подтягивания из виса на высокой перекладине	Мужчины 20-59 лет
8	Рывок гири 16 кг	Мужчины 20-59 лет
9	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Участники 20-59 лет
10	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	Участники 60-69 лет

2 день (21.03.24) в 15.30, УСК С.Хоркиной (пр-т Б. Хмельницкого, 3),

Легкоатлетический манеж

№ п/п	Испытания	участники
1	Бег на 2 км	Женщины 20-59 лет и мужчины 40-59 лет
2	Бег на 3 км	Мужчины от 20-39 лет
3	Смешанное передвижение на 2 км	Женщины и мужчины 60-69 лет

3 день (28.03.24) в 14.00 – первый поток, в 16.00 – второй поток,

УСК С.Хоркиной (пр-т. Б.Хмельницкого, 3), Бассейн

№ п/п	Испытания	Участники
1	Плавание на 50 м	Участники 20-59 лет
2	Плавание на 25 м	Участники 60-69 лет

Телефон для справок: 8-910-322-44-11 – Воронков Александр Владимирович