

**СОГЛАСОВАНО**

Главный судья Фестиваля,  
Судья Всероссийской категории по полиатлону

А.В. Мальгин

АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов»

Генеральный директор

**УТВЕРЖДАЮ**

М.С. Денисов

**СПОРТИВНАЯ ПРОГРАММА**  
**IV Финала Всероссийского Фестиваля ГТО**  
**среди обучающихся образовательных организаций высшего образования**

Дни испытаний	Время	Виды испытания	Места проведения	
1 июля	05:00 – 20:00	Зезд участников	Центр развития теннисного спорта (г. Ханты-Мансийск, ул. Студенческая, 21)	
	10:00 – 19:00	Работа комиссии по Допуску		
	10:00 – 19:00	Тренировки участников по видам испытаний (тестов) в личном зачете в многоборье ГТО на площадке Фестиваля и пристрелка участников		
	19:00 – 20:00	Установочное совещание с представителями команд		
	08:30 – 09:00	Сбор участников на площадке Фестиваля		
2 июля	09:00 – 12:45	<b>Спортивная программа I соревновательного дня:</b> 1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье – 4 чел. (4 тумбы). 5 минут на команду. 1 мин. на подготовку и 1 мин. на выполнение. 2. Прыжок в длину с места (3 попытки, 4 дорожки, 5-10 мин. на команду) 3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) – 4 чел. (4 помоста). 6 мин. на команду. 1 мин. на подготовку и 1 мин. на выполнение)	Центр развития теннисного спорта (г. Ханты-Мансийск, ул. Студенческая, 21)	

	12:45 – 13:00	Сбор участников для участия в торжественной церемонии	
	13:00 – 13:30	<b>Торжественная Церемония открытия Фестиваля</b>	
	14:30 - 15:00	Сбор участников на объекте спорта	
	15:00 – 19:00	<b>Спортивная программа 1 соревновательного дня:</b> 4. Плавание на 50м (8 дорожек)	Бассейн СК Югорского государственного университета (ул. Чехова, 16)
	08:30 – 09:00	Сбор участников на площадке Фестиваля	
3 июля	09:00 – 19:00	<b>Спортивная программа 2 соревновательного дня:</b> 1. Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м (8 бойниц – 1 команда (2 мин. на подготовку и до 10 мин. на стрельбу) 2. Подтягивания из виса на высокой перекладине (мужчины) – 4 чел. (4 перекладины) - 5 мин.: 1 мин. на подготовку и 4 мин. на выполнение. 2.1. Стибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки) – 4 чел (4 платформы) 5 минут на команду: 1 мин. на подготовку и 4 мин. на выполнение.	Центр развития теннисного спорта
	13:30 -14:30	обед	
	07:30 – 08:00	Сбор и разминка участников на объекте спорта	
4 июля	08:00 – 12:00	<b>Спортивная программа 3 соревновательного дня:</b> 1. Бег на короткую дистанцию (60м)	Открытый стадион «Югра-Атлетикс»
	12:00 – 14:00	обед	
	14:00 – 19:30	2. Бег на длинную дистанцию 2000/3000 м (девочки/мужчины)	
5 июля	09:30 – 10:00	Сбор и разминка участников на объекте спорта	Центр развития теннисного спорта
	10:00 – 15:00	<b>Гонка ГТО (Эстафета)</b> (все команды) 4 дорожки. (13 забегов)	
	17:00 – 19:00	<b>Церемония награждения и закрытия Фестиваля</b>	
6 июля	06:00 – 24:00	Отъезд участников	

**График прохождения испытаний  
командами участниками Фестиваля I Соревновательного дня**

Команда/ испытание	I сессия													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Наклон из положения стоя на скамье	09:00	09:05	09:10	09:15	09:20	09:25	09:30	09:35	09:40	09:45	09:50	09:55	10:00	10:05
Прыжок в длину с места	09:05	09:10	09:15	09:20	09:25	09:30	09:35	09:40	09:45	09:50	09:55	10:00	10:05	10:10
Поднимание туловища из положения лежа на спине	09:15	09:20	09:25	09:30	09:35	09:40	09:45	09:50	09:55	10:00	10:05	10:10	10:15	10:20

Команда/ испытание	I сессия													
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Наклон из положения стоя на скамье	10:10	10:15	10:20	10:25	10:30	10:35	10:40	10:45	10:50	10:55	11:00	11:05	11:10	11:15
Прыжок в длину с места	10:15	10:20	10:25	10:30	10:35	10:40	10:45	10:50	10:55	11:00	11:05	11:10	11:15	11:20
Поднимание туловища из положения лежа на спине	10:25	10:30	10:35	10:40	10:45	10:50	10:55	11:00	11:05	11:10	11:15	11:20	11:25	11:30

Команда/ испытание	I сессия													
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
Наклон из положения стоя на скамье	11:20	11:25	11:30	11:35	11:40	11:45	11:50	11:55	12:00	12:05	12:10	12:15	12:20	12:25
Прыжок в длину с места	11:25	11:30	11:35	11:40	11:45	11:50	11:55	12:00	12:05	12:10	12:15	12:20	12:25	12:30
Поднимание туловища из положения лежа на спине	11:35	11:40	11:45	11:50	11:55	12:00	12:05	12:10	12:15	12:20	12:25	12:30	12:35	12:40

Команда/ испытание	2 сессия			
	1-10	11-20	21-30	31-40
Плавание на 50м	15:00-15:40	15:40-16:20	16:20-17:00	17:00-17:40
				41-42
				17:40-18:00

**График прохождения испытаний командами участниками  
Фестиваля 2 Соревновательного дня**

Команда/ испытание	1 сессия															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
Стрельба из электронного оружия	09:00	09:12	09:24	09:36	09:48	10:00	10:12	10:24	10:36	10:48	11:00	11:12	11:24	11:36		
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу / Подтягивание на высокой перекладине	09:12	09:24	09:36	09:48	10:00	10:12	10:24	10:36	10:48	11:00	11:12	11:24	11:36	11:48		
<b>Команда/ испытание</b>	<b>1 сессия</b>															
Стрельба из электронного оружия	11:48	12:00	12:12	12:24	12:36	12:48	13:00	14:30	14:42	14:54	15:06	15:18	15:30	15:42	15:54	16:06
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу / Подтягивание на высокой перекладине	12:00	12:12	12:24	12:36	12:48	13:00	14:42	14:54	15:06	15:18	15:30	15:42	15:54	16:06		
<b>Команда/ испытание</b>	<b>2 сессия</b>															
Стрельба из электронного оружия	16:06	16:18	16:30	16:42	16:54	17:06	17:18	17:30	17:42	17:54	18:06	18:18	18:30	18:42	18:54	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу / Подтягивание на высокой перекладине	16:18	16:30	16:42	16:54	17:06	17:18	17:30	17:42	17:54	18:06	18:18	18:30	18:42	18:54		
<b>Команда/ испытание</b>	<b>3 сессия</b>															
Стрельба из электронного оружия	16:06	16:18	16:30	16:42	16:54	17:06	17:18	17:30	17:42	17:54	18:06	18:18	18:30	18:42	18:54	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу / Подтягивание на высокой перекладине	16:18	16:30	16:42	16:54	17:06	17:18	17:30	17:42	17:54	18:06	18:18	18:30	18:42	18:54		

**График прохождения испытаний  
Командами участниками Фестиваля 3 соревновательного дня**

Команда/ испытание	1 сессия													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Бег на 60м	08:05	08:10	08:15	08:20	08:25	08:30	08:35	08:40	08:45	08:50	08:55	09:00	09:05	09:10

Команда/ испытание	1 сессия													
	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Бег на 60м	09:15	09:20	09:25	09:30	09:35	09:40	09:45	09:50	09:55	10:00	10:05	10:10	10:15	10:20

Команда/ испытание	1 сессия													
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
Бег на 60м	10:25	10:30	10:35	10:40	10:45	10:50	10:55	11:00	11:05	11:10	11:15	11:20	11:25	11:30

Команда/ испытание	1 сессия													
	1-4	5-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	41-42			
Бег на 2 000м (девушки)	14:00-14:12	14:27-14:39	14:55-15:07	15:25-15:37	15:55-16:07	16:25-16:37	16:55-17:07	17:25-17:37	17:55-18:07	18:25-18:37	18:55-19:07			
Бег на 3 000м (юноши)	14:12-14:27	14:40-14:55	15:10-15:25	15:40-15:55	16:10-16:25	16:40-16:55	17:10-17:25	17:40-17:55	18:10-18:25	18:40-18:55	19:10-19:25			

**График прохождения испытаний  
Командами участниками Фестиваля 4 соревновательного дня.**

Команда/ испытание	1 сессия										
	1-4	5-8	9-12	13-16	17-20	21-24	25-28	29-30	31-34	34-39	40-42
Гонка ГТО	10:00	10:25	10:50	11:15	11:40	12:05	12:30	12:55	13:20	13:55	14:20