

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ФСК ЮУрГУ  
\_\_\_\_\_ А.С. Аминов  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2015 г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ о проведении многоборья ГТО**

### **1. Время и место проведения**

Многоборье ГТО проводится 24 сентября 2015 года в 16.00 на легкоатлетическом комплексе «им. Е.Елесиной». Сбор участников в 15-20 часов. Заседание судейской коллегии состоится 21 сентября в 13:10 часов на кафедре спортивного совершенствования Дворца спорта, 205 каб.

### **2. Программа**

#### **Девушки, женщины**

- 1) бег в легкоатлетическом кроссе;
- 2) прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- 3) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;
- 4) наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке.
- 5) поднятие туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин).

#### **Юноши, мужчины**

- 1) бег в легкоатлетическом кроссе;
- 2) прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- 3) подтягивание из виса на высокой перекладине;
- 4) наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке.
- 5) рывок гири 24 кг.

### **3. Участники соревнований**

К участию в многоборье ГТО допускаются студенты, аспиранты, обучающиеся на дневном отделении, преподаватели, сотрудники.

### **4. Определение победителей**

Состав команды до 15 человек от каждого института, факультета и филиала очного отделения. Подсчет результатов личного первенства проводится по сумме мест каждого вида программы, при равенстве результатов в виде программы присваивается одно место. В командный зачет идет сумма мест 10 лучших участников независимо от пола. В случае равенства очков преимущество получает команда, имеющая больше первых мест в личных выступлениях.

### **5. Награждение**

Победители и призеры в личном первенстве многоборья ГТО награждаются призами и грамотами соответственно за 1-3 места.

Команды, занявшие призовые места в общекомандном зачете награждаются грамотами, кубками.

**К соревнованиям допускаются студенты основной медицинской группы. Заявки на участие подаются по установленной форме со всеми визами врача, руководителя команд**

**Главный судья Аминов А.С.**