

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Международной ассоциации экспертов
в сфере безопасности «G3»


А.В. Тимошук
2026 г.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Президент
Общероссийской физкультурно-
спортивной общественной организации
«Федерация практического
атлетического многоборья России»


А.Г. Шлычков
2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор
АНО ДПО «Центр специальной
подготовки кадров АФ России»


А.Г. Шлычков
2026 г.

Генеральный директор
Общества с ограниченной
ответственностью «Клоуз комбат»


С.А. Цветков
2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о всероссийском турнире по практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной ассоциации экспертов
в сфере безопасности «G3», посвященном Дню защитника Отечества

г. Москва
2026 г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Всероссийский турнир по практическому атлетическому многоборью среди допризывной молодежи на призы Международной ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3» (далее соответственно – соревнование, ПАМ, Ассоциация), посвященный Дню защитника Отечества включен настоящее Положение в соответствии с Календарным планом межмуниципальных, региональных, межрегиональных и всероссийских физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация практического атлетического многоборья России» на 2026 год (далее – ФПАМР).

1.2. Соревнование носит личный характер и проводится в соответствии с правилами проведения соревнований по виду соревновательной деятельности «практическое атлетическое многоборье» (далее – Правила).

1.3. Обработка персональных данных участников спортивных соревнований осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных». Согласие на обработку персональных данных (приложения № 1 к Положению) представляется в комиссию по допуску участников.

1.4. Соревнование проводится в целях реализации уставных задач ФПАМР, популяризации ПАМ среди граждан Российской Федерации, в том числе среди допризывной молодежи, приобретения навыков самообороны, подготовки к службе в Вооруженных силах Российской Федерации и к работе в силовых структурах.

1.5. Основными задачами проведения соревнования являются:

формирование основ здорового образа жизни среди различных слоев населения;

привлечение граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

военно-патриотическое воспитание молодежи, формирование гармонично развитой личности;

содействие в подготовке молодежи к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации и работе в силовых структурах;

приобретение военно-прикладных навыков.

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

2.1. Соревнование проводится в период с 21 по 23 февраля 2026 г.

2.2. Место проведения соревнований: г. Воронеж, ул. Моисеева, дом 9а, Студия ближнего боя «Клоуз Комбат».

3. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЯ

№ п/п	Дата	Время	Наименование мероприятия
1	21.02.2026	до 15.00	Прибытие участников соревнования
		15.00-16.00	Комиссия по допуску участников соревнования
		16.00-17.00	Совещание главной судейской коллегии с руководителями (представителями) команд, проведение жеребьевки
		17.00-18.00	Семинар с судьями и руководителями (представителями) команд
		18.00-19.00	Осмотр и прием места проведения соревнования (дистанции) главным судьей соревнования
		18.00-20.00	Ужин
2	22.02.2026	07.00-09.00	Завтрак
		09.00-10.30	Ознакомление участников соревнования с дистанцией, разминка
		10.30-11.00	Торжественная церемония открытия соревнования, инструктаж участников соревнования о мерах безопасности
		11.00-13.00	Соревнование среди юношей 14-15 лет
		13.00-15.00	Соревнование среди юниоров 16-17 лет
		15.00-16.00	Подведение итогов соревнования
		16.00-16.30	Торжественная церемония закрытия соревнования, награждение победителей и призеров соревнования
		16.30-17.00	Мастер-класс от Федерации киберспорта Воронежской области
		18.00-20.00	Ужин
3	23.02.2026	В течение дня	День отъезда участников соревнования

4. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЯ

4.1. Общее руководство организацией и проведением соревнования осуществляется ФПАМР, которая утверждает составы Оргкомитета и судейской коллегии, в том числе главной судейской коллегии (далее – ГСК).

4.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию.

4.3. Материально-техническое обеспечение соревнования спортивным инвентарем и оборудованием, подготовка мест проведения соревнования, включая настройку системы информирования зрителей, организация медицинского обеспечения, а также обеспечение безопасности участников соревнований осуществляется Обществом с ограниченной ответственностью «Клоуз комбат».

4.4. Обеспечение соревнования наградной и сувенирной продукцией осуществляется Ассоциацией.

4.5. Состав Оргкомитета:

председатель – Цветков Сергей Александрович;

главный судья соревнования – ССВК/МК Зенищев Алексей Викторович;

главный секретарь соревнования – Тимошук Валерия Александровна;

представитель ФПАМР – Первый вице-президент ФПАМР – Гаджиев Магомедэмин Нурутдинович, тел. 8 968 569 60 43, e-mail: fpamr2023@yandex.ru.

5. УСЛОВИЯ ДОПУСКА УЧАСТНИКОВ К СОРЕВНОВАНИЮ

5.1. К участию в соревновании допускаются члены физкультурно-спортивных организаций и военно-патриотических спортивных клубов субъектов Российской Федерации (далее – спортивный клуб), заявленные в установленном порядке. Состав команды от одного спортивного клуба – от 2 до 4 человек в каждой возрастной группе.

5.2. Соревнование проводится в следующих возрастных группах:

юноши 14-15 лет (2012-2011 г.р.);

юниоры 16-17 лет (2010-2009 г.р.).

Для участия в соревновании спортсмен должен достичь установленного возраста до дня начала соревнования.

5.3. Форма одежды участников соревнований: тактические брюки, футболка, спортивная обувь со светлой подошвой.

6. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЯ

6.1. Соревнование по ПАМ – выполнение специального комплекса на время, точность и последовательность, состоящего из следующих упражнений:

упражнение № 1: спортивное метание ножа;

упражнение № 2: стрельба;

упражнение № 3: прием самообороны;

упражнение № 4: оказание первой помощи;

упражнение № 5: циклическое упражнение.

6.2. Старт на дистанции осуществляется после подачи специального звуко-светового сигнала (сирена-сигнал) с десяти отжиманий в упоре лежа (пистолет в кобуре на поясе), челночный бег 60-30 м (до противоположной стенки и обратно на площадку метания). Выполняются упражнения № 1 и № 2.

6.3. После упражнения № 2 кувырок назад, встать в полный рост, кувырок вперед через правое или левое плечо в сторону ассистента и встать, выполняется упражнение №3.

6.4. После упражнения № 3 в упоре лежа пять отжиманий на кулаках, затем выполняется упражнение № 4 (самопомощь).

6.5. После упражнения № 5 участник берет два ящика (канистры) весом по 5-7 кг, установленных рядом с тренажером, бежит с ними к финишу.

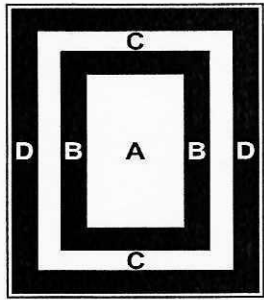
7. УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ И ШТРАФЫ

7.1. Спортивное метание ножа (упражнение № 1).

Спортивное метание ножа осуществляется с дистанции 3 м в мишень установленного образца. Каждый участник выполняет серию из трех бросков.

Попадание ножа в ту или иную зону мишени, оценивается соответствующим количеством штрафного времени или его отсутствием. Штрафное время начисляется согласно таблице № 1 и суммируется общим временем выполнения всех упражнений (прохождения дистанции).

Таблица № 1

Количество штрафных (сек.)	Цвет зоны	Буквенное обозначение зоны мишени	Внешние размеры зоны мишени Н*L (см)	
0	белая	А	18 x 10	
2	черная	В	23 x 15	
4	белая	С	28 x 20	
6	черная	Д	33x25	

В случае, если при выполнении броска нож коснулся стенда, но пролетел мимо мишени, спортсмен получает 8 сек. штрафного времени, которое добавляется к общему времени выполнения всех упражнений (прохождения дистанции).

В случае, если при выполнении броска нож не коснулся стенда и пролетел мимо него, спортсмен получает 10 сек. штрафного времени, которое добавляется к общему времени выполнения всех упражнений (прохождения дистанции);

В случае, если участник наступил или пересек линию (рубеж) метания ему начисляется 6 сек. штрафного времени, которое добавляется к общему времени выполнения всех упражнений (прохождения дистанции).

7.2. Стрельба из лазерного или страйкбольного оружия (упражнение № 2).

Количество выстрелов – 9, количество мишеней – 3. Стрельба выполняется с передвижением в сторону мишеней из трех положений (стоя, с колена, лежа). Участнику предоставляется по 3 попытки (выстрела) на поражение мишени на каждом огневом рубеже.

На первом огневом рубеже стрельба осуществляется из пистолета, который находится у каждого участника в кобуре на протяжении прохождения всей дистанции. На втором и третьем огневых рубежах стрельба выполняется из автомата, который находится на огневом рубеже.

За каждую, не пораженную мишень, участнику дополнительно начисляются 5 секунд штрафного времени к общему времени выполнения всех упражнений (прохождения дистанции).

В случае, если участник наступил или пересек линию огня ему начисляется 5 секунд штрафного времени, которое добавляется к общему времени выполнения всех упражнений (прохождения дистанции).

При стрельбе из автомата допускается выход дульного среза ствола за пределы линии огня.

7.3. Приемы самообороны (упражнение № 3).

В программу соревнования включается один прием, выбранный путем жеребьевки, из следующего перечня приемов самообороны:

освобождение от захвата за горло спереди с последующим установлением контроля и конвоированием;

защита от удара кулаком сбоку с последующим броском и имитацией добивания;

обезоруживание противника при ударе ножом снизу с последующим установлением контроля и конвоированием;

защита от удара палкой сверху с последующим установлением контроля и конвоированием.

Описание приемов самообороны и критерии оценки их выполнения представлены в приложении № 2 к Положению.

При выполнении приемов самообороны на «отлично» штрафное время к общему времени выполнения всех упражнений не добавляются, на «удовлетворительно» – 5 секунд, на «неудовлетворительно» – 10 секунд.

Для демонстрации приема самообороны участник соревнований заблаговременно определяет ассистента из своей команды или из числа участников соревнования.

7.4. Оказание первой помощи (упражнение № 4).

В программу соревнования включается одно из упражнений по оказанию первой помощи (самопомощи), выбранного путем жеребьевки из перечня, представленного в приложении № 3 к Положению.

7.5. Циклическое упражнение (упражнение № 5).

Циклическое упражнение – гонка на гребном тренажере «Концепт 2». Дистанция 100 м. При выполнении упражнения начисление штрафного времени не предусмотрено.

8. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

8.1. Победитель и призеры в каждой возрастной группе определяются отдельно, по наименьшему количеству времени, затраченному участником на выполнение всех упражнений (прохождение дистанции), с учетом штрафного времени, начисленного при выполнении всех упражнений.

8.2. В случае наличия одинаковых временных показателей победитель и призеры определяются по наименьшему количеству штрафного времени, начисленного за выполнение упражнения № 2 – стрельба.

8.3. В случае равенства и этих показателей победитель и призеры определяются по наименьшему количеству штрафного времени, начисленного за выполнение упражнения № 1 – спортивное метание ножа.

9. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ПРОТЕСТА

9.1. Представитель команды (участник) в ходе соревнований имеет право заявить устный протест в ГСК, если считает, что:

другим участником соревнований нарушаются Правила и (или) Положение; судьи допускают действия, противоречащие Правилам и (или) Положению; спортсмену мешает другой участник, судья или кто-либо еще.

9.2. При поступлении протеста, он немедленно рассматривается ГСК и, если протест является обоснованным, ГСК принимает срочные меры для устранения нарушения.

9.3. Во всех случаях, не указанных выше, а также в случае несогласия с решением по устному протесту в судейскую коллегию соревнований может быть подан письменный протест (приложение № 4 к Положению), подписанный представителем команды (участником).

9.4. В письменном протесте должны быть указаны пункты Правил и (или) Положения, которые представитель (участник) считает нарушенными.

9.5. Письменный протест должен быть рассмотрен в день его подачи на заседании судейской коллегии соревнований. Решение по протесту вносится в протокол заседания и доводится до всех заинтересованных лиц.

10. НАГРАЖДЕНИЕ

10.1. Участники соревнований, занявшие 1-е, 2-е и 3-е места награждаются грамотами, медалями и денежными призами. Личный тренер победителя награждается грамотой и денежным призом.

10.2. Дополнительно Оргкомитетом могут устанавливаться награды в номинациях: «За волю к победе», «За лучшую технику», «Приз зрительских симпатий».

11. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

11.1. Финансирование расходов, связанных с организацией и проведением соревнований, обеспечивает Ассоциация.

11.2. Финансирование расходов, связанных с командированием участников соревнований обеспечиваются за счет средств командирующей организации и (или) участников соревнований.

12. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

12.1. Предварительно заявка на участие в соревновании (приложение № 5 к Положению) направляется в Оргкомитет не позднее 17.02.2026 на адрес электронной почты framr2023@yandex.ru.

12.2. Заявка, подписанная уполномоченным должностным лицом, врачом, представителем команды и заверенная печатью (при наличии) представляется

руководителем команды (участником) в комиссию по допуску 22.02.2026. К заявке на каждого участника прилагается:

- паспорт гражданина Российской Федерации;
- индивидуальный медицинский допуск (справка) (в случае отсутствия допуска врача в заявке на участие в соревновании);
- полис обязательного медицинского страхования;
- полис страхования жизни и здоровья на время проведения соревнования.

13. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

13.1. Настоящее Положение является приглашением на соревнование и основанием для командирования участников соревнования.

13.2. Справки по тел.: 8 9636883857, e-mail: fpamr2023@yandex.ru.

Оргкомитет

Приложение № 1
к Положению о всероссийском турнире по
практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной
ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3»,
посвященном Дню защитника Отечества

Президенту ОФСОО «Федерация
практического атлетического
многоборья России»

А.Г. Шлычкову

От кого: _____

(фамилия, имя, отчество (при наличии))

СОГЛАСИЕ
на обработку персональных данных

Я, _____,
(фамилия, имя, отчество (при наличии))

проживающий(ая) по адресу: _____

паспорт серия _____ № _____ выдан «__» _____ г.

(наименование органа, выдавшего паспорт)

даю согласие Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация практического атлетического многоборья России» (далее – Федерация) (119180, Город Москва, вн.тер. г. Муниципальный Округ Якиманка, ул Большая Якиманка, дом 22, корпус 3, квартира 93) на обработку сведений, составляющие мои персональные данные (фамилию, имя, отчество, данные паспорта), в целях организации моего участия во всероссийском турнире по практическому атлетическому многоборью среди допризывной молодежи на призы Международной ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3», посвященном Дню защитника Отечества, ведения статистики с применением различных способов обработки.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам в соответствии с действующим законодательством), обезличивание, блокирование, а также осуществление любых иных действий с персональными данными, предусмотренных Федеральным законом Российской Федерации от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных».

Федерация гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Я проинформирован(а), что персональные данные обрабатываются неавтоматизированным и автоматизированным способами обработки.

Настоящее согласие действует со дня его подписания до дня предоставления соответствующего отзыва в письменной форме.

(подпись)

(фамилия, инициалы)

«__» _____ 20__ г.

Приложение № 2
к Положению о всероссийском турнире по
практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной
ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3»,
посвященном Дню защитника Отечества

Упражнение №3

Обезоруживание противника при ударе ножом снизу с последующим установлением контроля и конвоированием (демонстрация техники)

Прием самообороны

Защита от удара ножом снизу включает четыре действия, направленные на:
уход с линии атаки; блокирование руки противника; загиб за спину и
обезоруживание; конвоирование.

Техника исполнения

1. Исходное положение: спортсмен стоит фронтально на расстоянии вытянутой руки от ассистента.
2. Ассистент (нападающий) наносит правой рукой удар ножом снизу.
3. Спортсмен уходит вправо с линии атаки и блокирует удар (предплечье правой руки нападающего) предплечьем левой руки, с подшагом разворачивает корпус правым плечом вовнутрь к правому плечу нападающего (боком к нападающему).
4. Правой рукой сверху захватывает локтевой сустав правой руки нападающего и производит загиб за спину, хватает правой рукой кисть нападающего и дожимом кисти отбирает нож за рукоятку.
5. Прижимается левым боком к правому боку обезоруженного нападающего, подает команду: «Свободную руку за голову» и конвоирует на три шага вперед, подает команду: «на колени» и сажает на колени, отпускает руку, нож передает судье. Упражнение выполнено.

Судья в процессе выполнения упражнения спортсменом проверяет правильность выполнения, фиксирует штрафные секунды в контрольном листе (карточке) и ставит свою роспись.

Критерии оценки

Правильное исполнение всех четырех действий – «отлично», ноль штрафных секунд;

Правильное исполнение не менее двух действий – «удовлетворительно», пять штрафных секунд;

Неправильное исполнение всех четырех действий – «неудовлетворительно», десять штрафных секунд.

Овсеньян Г.С.
Казбеков Т.Ш.

Приложение № 3
к Положению о всероссийском турнире по
практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной
ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3»,
посвященном Дню защитника Отечества

Упражнение № 4

Самопомощь, наложение турникета на бедро в красной зоне.

Методические рекомендации

1. Перед сдачей упражнения организатору необходимо проверить площадку на наличие травмоопасных предметов.

2. Во время сдачи норматива в зоне приёма не должны находиться посторонние люди.

Исходное положение: стоя, турникет в руках/штатном медицинском подсумке, при его наличии.

План упражнения:

1. Спортсмен прибывает на станцию «Первая помощь», после чего получает задание – ранение правой/левой ноги, после получения задания спортсмен принимает горизонтальное положение (падает) и имитирует уход с линии атаки (перекат через спину), после чего принимает устойчивое боковое положение на правом/левом боку, далее подтягивает пораженную ногу к туловищу и произносит «ранение правой/левой ноги, приступаю к самопомощи».

2. Наложение турникета. Действие производится, следуя трем принципам: выше, сильнее, быстрее. Наложение должно производиться не ниже средней трети бедра. После наложения должна следовать фиксация (одним из рогов турникета и фиксирующей лентой), после чего спортсмен переворачивается на спину и приступает к действию номер три.

3. Самостоятельная эвакуация в безопасную зону. Спортсмен самостоятельно эвакуируется на спине отталкиваясь руками и не пострадавшей ногой, по завершению эвакуации спортсмен приступает к действию номер четыре.

4. Проверка правильности наложения турникета. Спортсмен должен визуально оценить наложение турникета, степень его прилегания, после чего спортсмен произносит «Контроль турникета закончен» снимает турникет и приступает к следующему упражнению дистанции.

Судья в процессе выполнения упражнения спортсменом проверяет правильность наложения турникета, фиксирует штрафные секунды в контрольном листе (карточке). После чего, подсчитывает результат и ставит свою роспись.

Результат выполнения норматива оценивается:

Штрафы:

1. После получения команды спортсмен не принял горизонтальное положение/не произвел перекат/не подтянул ногу/не дал команду. Штраф – 3 секунды.

2. Ошибки в наложении турникета: недостаточно высоко(ниже средней

трети)/недостаточно туго/нет фиксации. Штраф – 6 секунд.

3. Эвакуация не в горизонтальном положении/использование пораженной ноги при эвакуации. Штраф – 3 секунды.

4. Спортсменом не произведена визуальная оценка правильности наложения турникета. Штраф – 6 секунд.

Масалытин А.В
Волгин М.А.

Приложение № 4
к Положению о всероссийском турнире по
практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной
ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3»,
посвященном Дню защитника Отечества

Главному судье соревнований _____ (фамилия, имя, отчество Главного судьи соревнований)
ПРОТЕСТ
Дата _____ Время _____
Описание действия или решения, на которое подается протест (указываются нарушения соответствующих требований Правил и (или) Положения)
Предлагаемое решение и его обоснование
Представитель команды _____ (подпись) (фамилия, инициалы)

Подтверждение получения протеста (заполняется официальным лицом, принявшим протест)
Протест получен: Дата: _____ Время: _____
_____ (подпись) (фамилия, инициалы лица, принявшего протест)

Приложение № 5
к Положению о всероссийском турнире по
практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной
ассоциации экспертов в сфере безопасности «G3»,
посвященном Дню защитника Отечества

ЗАЯВКА

от команды _____
(наименование команды)

на участие во всероссийском турнире по практическому атлетическому многоборью среди
допризывной молодежи на призы Международной ассоциации экспертов в сфере безопасности
«G3», посвященном Дню защитника Отечества 21-23 февраля 2026 г.

№ п/п	Фамилия, имя, отчество спортсмена полностью (размер одежды)	Дата рождения	Возраст ная группа	Фамилия, имя, отчество личного тренера (размер одежды)	Виза врача (печать)

Всего по настоящей заявке допущено _____ человек.

Врач _____ / _____ /
М.П.

Представитель команды _____ / _____ /

Руководитель спортивной организации _____ / _____ /
М.П.

Дата: «_____» _____ 20__ г.