

## **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»**

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации В.В. Путина от 24 марта 2014 года №172 с 1 сентября 2014 года в Российской Федерации вводится Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – программная и нормативная основа физического воспитания населения.

На основании приказа Министерства спорта Российской Федерации от 9 июля 2014 года №574/1 «Об утверждении списка субъектов Российской Федерации, осуществляющих организационно-экспериментальную апробацию внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), по согласованию с Министерством образования и науки Российской Федерации Республика Татарстан вошла в список субъектов Российской Федерации, осуществляющих организационно-экспериментальную апробацию внедрения Комплекса.

В этой связи в соответствии с поручением заместителя Премьер-министра Республики Татарстан Э.Н. Фаттахова апробация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) с 1 сентября 2014 года начнется во всех общеобразовательных организациях и образовательных организациях среднего профессионального образования.

Комплекс состоит из двух частей:

- **нормативно-тестирующая** – предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности населения, на основании результатов выполнения установленных нормативов с последующим награждением знаками отличия Комплекса;

- **спортивная** – направлена на привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом с учетом возрастных групп населения с целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов.

В зависимости от имеющейся учебно-материальной базы площадок, их расположения, целесообразно разделить прием нормативов ВФСК (ГТО) у обучающихся на три условных сессии: осеннюю (сентябрь-октябрь), зимнюю (январь-февраль), весеннюю (апрель-май).

### **Возрастная группа:**

- I ступень: 1 - 2 классы (6 - 8 лет);
- II ступень: 3 - 4 классы (9 - 10 лет);
- III ступень: 5 - 6 классы (11 - 12 лет);
- IV ступень: 7 - 9 классы (13 - 15 лет);
- V ступень: 10 - 11 классы, среднее профессиональное образование (16 - 17 лет);
- VI ступень: 18 - 29 лет;
- VII ступень: 30 - 39 лет;
- VIII ступень: 40 - 49 лет;
- IX ступень: 50 – 59 лет;
- X ступень: 60 - 69 лет;
- XI ступень: 70 лет и старше.

К сдаче нормативов допускаются обучающиеся основной группы здоровья по физической культуре. По усмотрению медицинских работников от сдачи норм комплекса могут быть освобождены обучающиеся, которые уже после диспансеризации перенесли продолжительные болезни. Списки допущенных к сдаче комплекса ГТО участников заверяются врачом и утверждаются директором школы.

#### **Введенные тесты**

1. Челночный бег 3x10 м.
2. Бег на 30, 60, 100 м.
3. Бег на 1; 1,5; 2; 3 км.
4. Прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега
5. Подтягивания на низкой и высокой перекладинах, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения, лежа на спине
6. Наклон вперед из положения стоя на полу или гимнастической скамье
7. Метание спортивного снаряда в цель и на дальность
8. Плавание на 8, 10, 15, 25, 50 м.
9. Бег на лыжах, кросс по пересеченной местности на 1, 2, 3, 5 км.
10. Стрельба из положения, сидя и положения стоя
11. Туристский поход

Примерами мотивации учащихся и педагогических работников может служить:

- поощрение значкистов Комплекса на федеральном, региональном и муниципальном уровнях;
- поощрение организаторов и активных участников внедрения Комплекса на федеральном, региональном и муниципальном уровнях;
- создание бренда и линии атрибутики: отличительные знаки, браслеты, экипировка, сувениры, технические средства, электронные карты (клубные) и полиграфическая продукция;
- льготное использование объектов спорта;
- учет сведений об индивидуальных достижениях в Комплексе поступающим по образовательным программам высшего образования;
- предоставление возможности студентам вузов, имеющим золотой знак отличия установления повышенной стипендии в порядке, установленном Минобрнауки России;
- предоставление дополнительных дней к отпуску, премий по месту работы и от страховых компаний.

Рекомендовано руководителям образовательных учреждений изучить следующие нормативно-правовые документы:

- ✓ Распоряжение Правительства Российской Федерации № 1165-р от 30.06.2014г;
- ✓ приказ МО и НРТ №3907/14 от 10.07.2014г «Об апробации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных учреждениях Республики Татарстан»;
- ✓ письмо МО и НРТ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;

- ✓ письмо МО и НРТ «О направлении рекомендаций по апробации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- ✓ приказ Минспорта России № 575 от 08.07.2014г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

**Просим Вас довести данную информацию до педагогических работников образовательных учреждений.**