

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «22» 08.2023 г

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
№ 57а от «23» 08.2023 г

Кононов А.А.

ПОЛОЖЕНИЕ
о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе
"Готов к труду и обороне" (ГТО) в МБОУ Шалоболинской СОШ № 18

I. Общие положения

I.1. Настоящее Положение определяет цель, задачи, структуру, содержание и организацию работы по внедрению и дальнейшей реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

I.2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс устанавливает государственные требования к физической подготовленности учащихся МБОУ Шалоболинской СОШ №18

I.3. ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

I.4. Комплекс основывается на следующих принципах:

- а) добровольность и доступность;
- б) оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- в) обязательность медицинского контроля;

II. Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

II.1 Целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания учащихся.

II.2 Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

- а) увеличение числа учащихся, систематически занимающихся физической культурой в МБОУ Шалоболинской СОШ №18;
- б) повышение уровня физической подготовленности МБОУ Шалоболинской СОШ №18;
- в) формирование у учеников осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- г) повышение общего уровня знаний учащихся о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

III. Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

III.1 Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса состоит из 11 ступеней и включает следующие возрастные группы:

- первая ступень - от 6 до 8 лет;
- вторая ступень - от 9 до 10 лет;
- третья ступень - от 11 до 12 лет;
- четвертая ступень - от 13 до 15 лет;
- пятая ступень - от 16 до 17 лет;
- шестая ступень - от 18 до 29 лет;

седьмая ступень - от 30 до 39 лет;
восьмая ступень - от 40 до 49 лет;
девятая ступень - от 50 до 59 лет;
десятая ступень - от 60 до 69 лет;
одиннадцатая ступень - от 70 лет и старше.

III.2 Нормативно-тестирующая часть комплекса, предусматривает государственные требования к уровню физической подготовленности учащихся на основании выполнения нормативов и оценки уровня знаний и умений, состоит из следующих основных разделов:

а) виды испытаний (тесты) и нормативы;
б) требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
в) рекомендации к недельному двигательному режиму. Государственные требования к уровню физической подготовленности учеников при выполнении нормативов утверждаются Министерством спорта Российской Федерации по согласованию с Министерством образования и науки Российской Федерации, Министерством обороны Российской Федерации и Министерством здравоохранения Российской Федерации.

III.3 Виды испытаний (тесты) и нормативы включают в себя:

а) виды испытаний (тесты), позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков;
б) нормативы, позволяющие оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека.

III.4 Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.

III.5 Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры комплекса подразделяются на:

а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;
б) испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;
в) испытания (тесты) по определению уровня развития силы;
г) испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

III.6 Испытания (тесты) по выбору в соответствии со ступенями структуры комплекса подразделяются на:

а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей;
б) испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей;
в) испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.

III.7 Учащиеся, выполнившие нормативы, ступеней комплекса, награждаются соответствующим знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, образец и описание которого утверждаются Министерством спорта Российской Федерации. Порядок награждения граждан знаками отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и присвоения им спортивных разрядов утверждается Министерством спорта Российской Федерации.

III.8 Учащиеся, имеющие одно из спортивных званий или спортивные разряды не ниже второго юношеского и выполнившие нормативы, соответствующие серебряному знаку отличия, награждаются золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

III.9 Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта включают проверку знаний и умений по следующим вопросам:

а) влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;
б) гигиена занятий физической культурой;
в) основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;
г) основы методики самостоятельных занятий;

- д) основы истории развития физической культуры и спорта;
- е) овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

III.10 Рекомендации к недельному двигательному режиму предусматривают минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья.

III.11. Спортивная часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса направлена на привлечение учеников к систематическим занятиям физической культурой и спортом с учетом половых и возрастных групп с целью выполнения нормативов и получения массовых спортивных разрядов, включает нормативы, требования и условия их выполнения для многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс. Виды многоборий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса утверждаются Министерством спорта Российской Федерации.

III.12 Порядок организации и проведения тестирования учащихся утверждается Директором МБОУ Шалоболинской СОШ №18.

IV. Организация работы по введению и реализации комплекса ГТО

IV.1 К выполнению нормативов допускаются лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации.