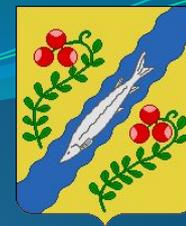
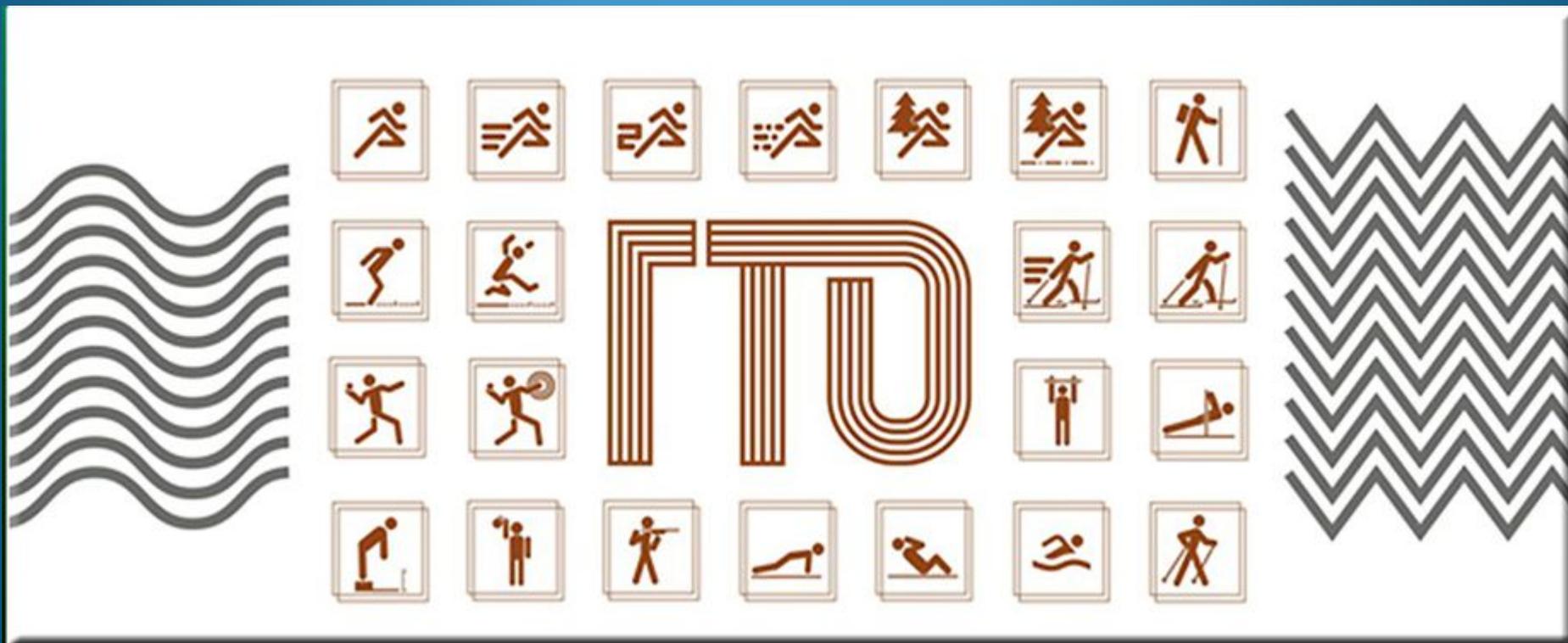




БОУ «Нюксенская СОШ»

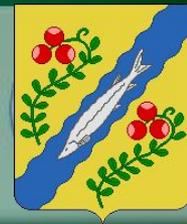


Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне: опыт внедрения»

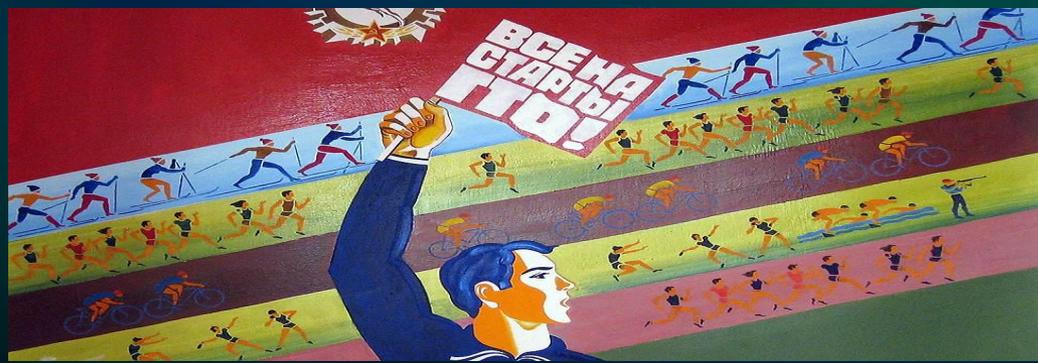




Департамент физической культуры и спорта Вологодской области

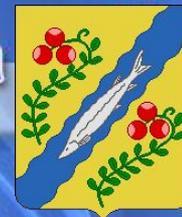


«Нормативно-правовые и организационные основы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций»





**Департамент физической культуры и спорта
Вологодской области**



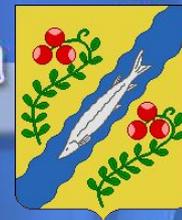
Комплекс ГТО -

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), являющийся программной и нормативной основой системы физического воспитания населения,

устанавливающий государственные требования к его физической подготовленности и предусматривающий подготовку населения к выполнению и непосредственное выполнение установленных государственных нормативов комплекса ГТО, положение о котором утверждается Правительством Российской Федерации

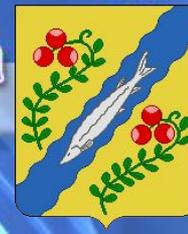


Департамент физической культуры и спорта Вологодской области





Департамент физической культуры и спорта Вологодской области



Принципы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

Добровольность и доступность

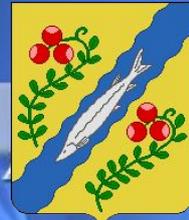
**Оздоровительная и личносно-ориентированная
направленность**

Обязательность медицинского контроля

**Учет региональных особенностей и национальных
традиций**



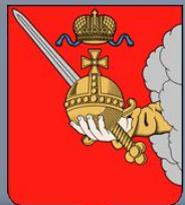
Департамент физической культуры и спорта Вологодской области



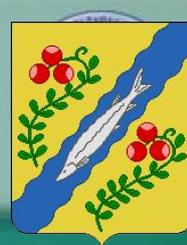
Региональный уровень

**Распоряжение Губернатора Вологодской области
от 28 июля 2014 г. № 1841-р
«Об утверждении Плана мероприятий по поэтапному
внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) на территории Вологодской области
на период 2014-2017 годов».**

**Постановление Губернатора Вологодской области
от 01 сентября 2014 г. № 313
«О создании регионального межведомственного совета по
внедрению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на территории
Вологодской области».**



Департамент физической культуры и спорта Вологодской области



Этапы внедрения комплекса ГТО

I этап - организационно-экспериментальный

1 июля 2014 г. - 31 декабря 2015 г.

**I-VI ступени
(школы, ссузы, вузы)
12 регионов РФ**

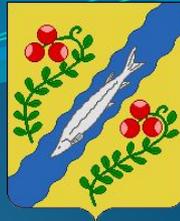
II этап - 1 января 2016 г.

- 31 декабря 2016 г.

**I-VI ступени
(школы, ссузы, вузы)
всей страны**

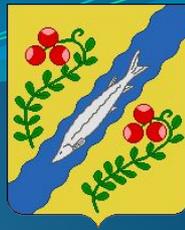
III этап - с 1 января 2017 г.

**все ступени
все категории населения
все регионы РФ**



Концепция Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

В соответствии с пунктом 1
перечня поручений Президента
РФ от 13 марта 2013 г. № Пр-756,
программой Минспорта России
при участии Минобрнауки
России.

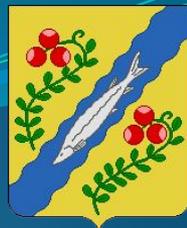


Цель Комплекса

Повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, укреплении здоровья, повышении благосостояния и качества жизни российских граждан, гармоничном и всестороннем развитии личности, формировании потребности людей в физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма и гражданственности, мотивации к ведению здорового, спортивного образа жизни.

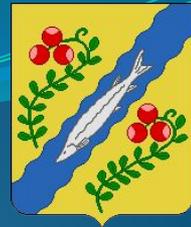


СНОВНЫЕ ЗАДАЧИ



Комплекса:

- увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности, качества и продолжительности жизни граждан;
- формирование у граждан осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний граждан о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных и интернет-технологий;
- создание единой системы непрерывного физического воспитания граждан и оценки их физической подготовленности на основе федеральной базы данных о физическом состоянии основных групп населения.



ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

ГТО РУ РЕГИСТРАЦИЯ

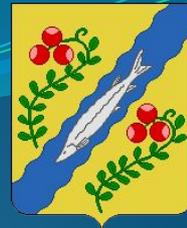
🕒 12.06.2015

Для того чтобы выполнить нормы ГТО, участник проходит регистрацию в АИС ГТО по адресу: user.gto.ru/user/register путем заполнения специализированной анкеты с установленным перечнем персональных данных.

Заполнение анкеты позволяет гражданину стать участником комплекса ГТО, о чем он получает соответствующее письмо на указанный адрес электронной почты. Участие в комплексе ГТО сопровождается присвоением гражданину уникального идентификационного номера, состоящего из 11 цифр: [Читать далее →](#)

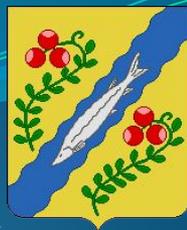


Структура Комплекса



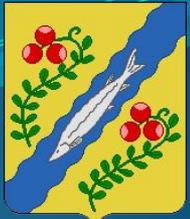
включает следующие ступени:

- I ступень «Играй и двигайся»: 6–8 лет (1–2 классы)
- II ступень «Стартуют все»: 9–10 лет (3–4 классы)
- III ступень «Смелые и ловкие»: 11–12 лет (5–6 классы)
- IV ступень «Олимпийские надежды»: 13–15 лет (7–9 классы)
- V ступень «Сила и грация»: 16–17 лет (10–11 классы)
- VI ступень «Физическое совершенство»: 18–29 лет
- VII ступень «Радость в движении»: 30–39 лет
- VIII ступень «Бодрость и здоровье»: 40–49 лет
- IX ступень «Здоровое долголетие»: 50–59 лет.
- X ступень «»: 60 – 69 лет.
- XI ступень «»: 70 – и старше.



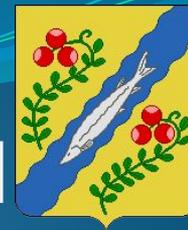
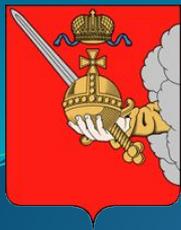
Для получения знаков Комплекса необходимо выполнить нормативы по видам испытаний в соответствии с требованиями ступеней.

Комплекс предусматривает два уровня трудности (золотой и серебряный знаки). На основании данных мониторинга на первом этапе реализации Комплекса, по решению Минспорта России, возможно введение третьего уровня трудности (бронзовый знак). Перечень видов испытаний и их количество определяются в зависимости от заболевания и рекомендаций врача.



В результате реализации ВФСК были поставлены следующие основные показатели:

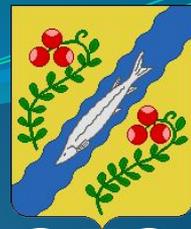
- увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, с 22,5% в 2012 году до 40% в 2020 году;
- увеличение доли граждан Российской Федерации, занимающихся физической культурой и спортом по месту трудовой деятельности;
- увеличение доли учащихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности учащихся и студентов с 52,7% в 2012 году до 80% к 2020 году;
- доля граждан, выполнивших нормативы и требования Комплекса, награждённых знаками Комплекса, в общей численности населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, составит к 2020 году – 20%.



Пути реализации ВФСК на начальном этапе

Направления работы в ОУ:

- Внеклассная работа по предмету (Классные часы по ГТО, школьная Спартакиада, «Президентские состязания», «Мини- футбол», Внутришкольная неделя здоровья)
- Секционная работа по предмету
- Внешкольная работа: социальные партнеры (ДЮСШ, ФОК «Газовик», Нюксенский районный ДДТ)

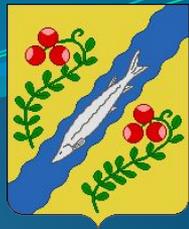
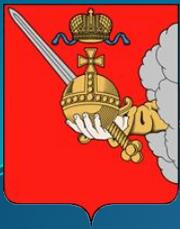


Мероприятия муниципального уровня

Внутришкольные соревнования ,
« Президентские состязания» ,

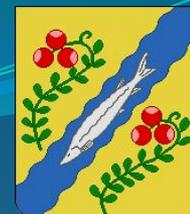
Всероссийская Олимпиада школьников по предмету
« Физическая культура» ,

- «Мини – футбол в школу»(4 возрастные группы, юноши и девушки),
- « КЭС – БАСКЕТ» (юноши и девушки),
- «Кросс нации – 2015»,
- «Лыжня России – 2016», «Юный лыжник и приз ГОВ В. Прокатова», Районные соревнования по плану отдела образования.
- Походы выходного дня и каттегорийные походы.



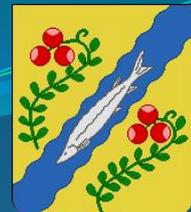
Мероприятия патриотического воспитания

- Областная оборонно – спортивная игра « Зарница»
- Районный конкурс « Призывник года – 2016»
- Областной конкурс « Призывник года – 2016»
- Районная оборонно – спортивная игра « Зарница»
- Фестиваль смотра строя и песни
- «Безопасное колесо».



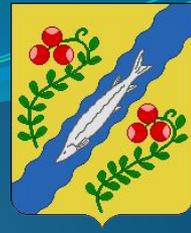
Один из видов работ по внедрению комплекса ГТО, это создание коллажей и флэш-мобов.



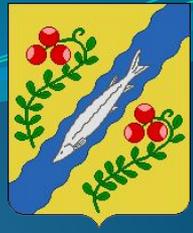


"Готов к труду и обороне"
МБОУ "СОШ" № 13
г. Череповец



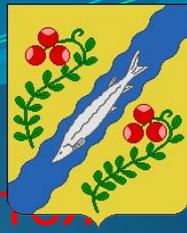


Порядок медицинского осмотра лиц для определения допуска по состоянию здоровья к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»



Медицинский осмотр для допуска к выполнению нормативов осуществляется в амбулаторно-поликлинических учреждениях врачом-педиатром (терапевтом), врачом общей практики, врачом по спортивной медицине с учетом результатов медицинских осмотров.

Допуск к выполнению нормативов ВФСК ГТО учащихся образовательных учреждений дошкольного общего среднего, начального и среднего профессионального образования осуществляется врачами-педиатрами отделений медицинской помощи.



К выполнению нормативов ВФСК ГТО допускаются лица, относящиеся к основной медицинской группе здоровья для занятий физической культурой.

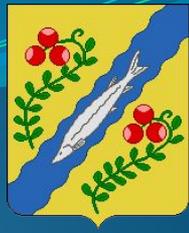
Лица, относящиеся к подготовительной медицинской группе для занятий физической культурой к выполнению нормативов ВФСК ГТО допускаются после дополнительного медицинского осмотра.

Лица, относящиеся к специальной медицинской группе «А» и «Б» для занятий физической культурой к выполнению нормативов ВФСК ГТО не допускаются.



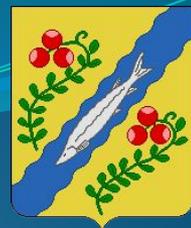


Фестиваль Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса



«Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций, посвящённом 70 – й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941 – 1945 годов.

- Фестиваль проходил в городе Вологда, 1 – 2 июня 2015 года
- В фестивале приняли участие около 280 школьников из 28 школ района.
- Возраст участников: III ступень (2 мальчика, 2 девочки), IV ступень (2 мальчика, 2 девушки) и V ступень (1 юноша, 1 девушка).



Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

I. СТУПЕНЬ

возрастная группа от 6 до 8 лет

II. СТУПЕНЬ

возрастная группа от 9 до 10 лет

III. СТУПЕНЬ

возрастная группа от 11 до 12 лет

IV. СТУПЕНЬ

возрастная группа от 13 до 15 лет

V. СТУПЕНЬ

возрастная группа от 16 до 17 лет



мальчики

зол. сер. бронз.

III ступень бег 1500 м.

7,10 7,55 8,35

IV ступень бег 2000 м.

9,00 9,30 9,55

V ступень бег 2000 м.

7.50 8.50 9.20

девочки

зол. сер. бронз.

8,00 8,35 8,55

11,0 11,40 12,10

9.50 11.20 11.50

Силовая гимнастика, подтягивание, мальчики

III ступень	зол.	сер.	бронз.	V ступень	зол.	сер.	бронз.
	7	4	3		13	10	8
IV ступень	10	6	4				

Силовая гимнастика, девушки, сгибание разгибание рук в упоре лёжа





	зол.	сер.	бронз.
III ступень	14	8	7
IV ступень	15	9	7
V ступень	16	10	9



III, IV ступень - золотой значок касание пола ладонями, серебряный, бронзовый - касание пальцами.



V ступень

ЮНОШИ

зол.

сер.

бронз.

+ 13

+ 8

+ 6

девушки

+16

+ 9

+ 7

Виды по выбору: прыжок в длину с места

мальчики			девочки		
зол.	сер.	бронз.	зол.	сер.	бронз.
III ступень					
175	160	150	165	145	140
IV ступень					
200	185	175	175	155	150

V ступень

юноши

девушки

зол.	сер.	бронз.	зол.	сер.	бронз.
230	210	200	185	170	160

Сгибание разгибание туловища 1 мин. (кол – во раз).



мальчики			девочки		
зол.	сер.	бронз.	зол.	сер.	бронз.
III ступень					
-	-	-	-	-	-
IV ступень					
47	36	30	40	30	25
V ступень					
50	40	30	40	30	20

Метание мяча 150 гр. гранаты юноши 700 гр. девушки 500 гр.

мальчики

девочки

Зол. сер. бр. зол. сер. бр.

III ступень

34 28 25 22 18 14

IV ступень

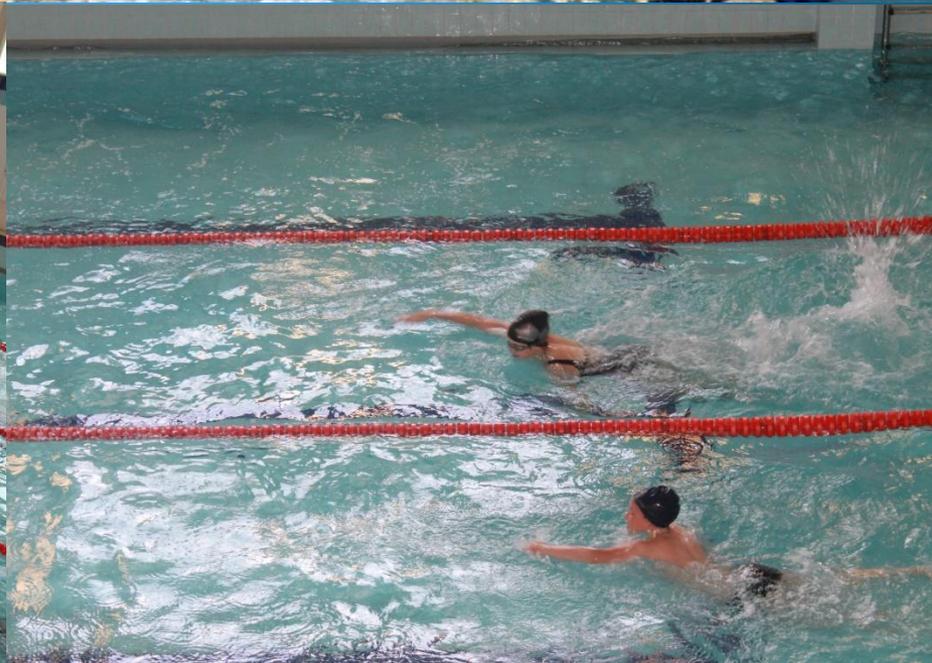
40 35 30 26 21 18

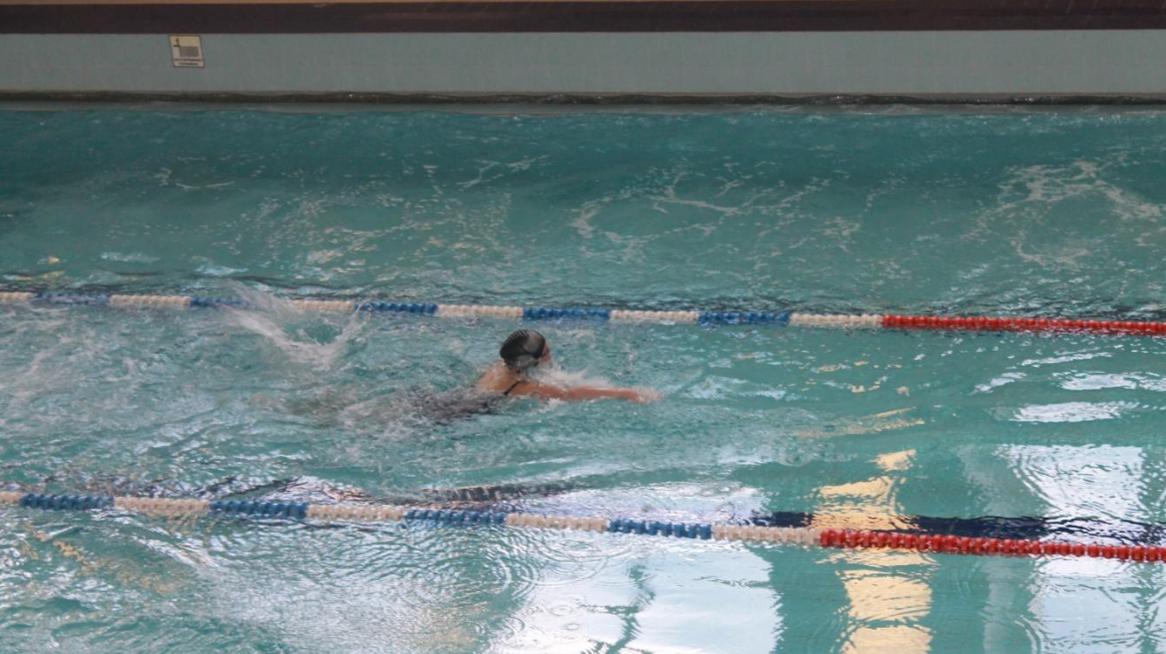
V ступень

38 32 27 21 17 13



Плавание 50 м.





плавание

мальчики

девочки

зол. сер. бр. зол. сер. бр.

III ступень

0.50 без учёта t 1.05 без учёта t

IV ступень

0.43 без учёта t 1.05 без учёта t

V ступень

0,41 без учёта t 1.10 без учёта t



мальчики			девочки		
зол.	сер.	бр.	зол.	сер.	бр.
III ступень (с 5 м.)					
20	15	10	20	15	10
IV ступень (с 10 м.)					
25	20	15	25	20	15
V ступень					
25	20	15	25	20	15



II командное место на Фестивале Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса « Готов к труду и обороне» среди обучающих образовательных организаций.

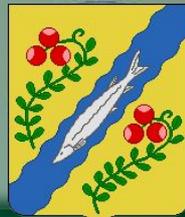


Проекты сдачи норм ГТО

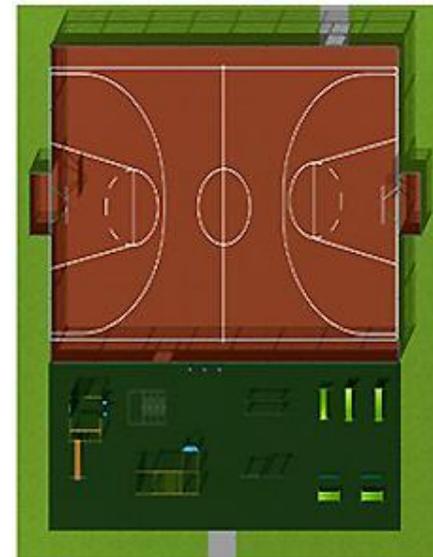
- Три центра по сдаче норм ГТО: Вологда, Череповец, Великий Устюг.
- Комиссия в каждом районе в составе 10 человек.
- Сдавать два раза в год в районе и будут проводиться фестивали.
- 1 – теория, 2 – практика. (форма сдачи, приёма не разработана)
- Документация по ГТО: протокола, сертификаты и. т. д. уже готовы, значки нет.



Департамент физической культуры и спорта Вологодской области



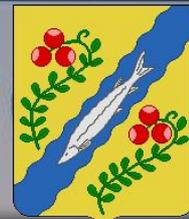
Материально-техническое обеспечение комплекса ГТО



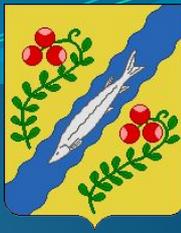
- Размер площадки 25,00 x 23,00 м. ЕПС - 36 чел.
- Универсальная спортивная площадка
- Спортивно-развивающее оборудование
- Спортивно-развивающее оборудование
- Турник разноуровневый
- Брусья
- Скамья для пресса прямая
- Скамья для пресса наклонная
- Скамья для физических упражнений
- Информационный стенд
- Зона для прыжков в длину с места



Департамент физической культуры и спорта Вологодской области



№	Наименование	Цена	Кол-во	Стоимость
1	турник навесной	3 990,00р.	6	23 940,00р.
2	гиря 16 кг	3 340,00р.	6	20 040,00р.
3	гимнастическая скамья 2,5м	3 440,00р.	6	20 640,00р.
4	лыжи (комплект: лыжи, палки, крепления, ботинки)	4 990,00р.	88	439 120,00р.
5	пневматическая винтовка или электронное оружие	7 000,00р.	6	42 000,00р.
6	обустройство тира	15 000,00р.	1	15 000,00р.
7	теннисный мяч (упаковка 3 шт)	320,00р.	2	640,00р.
8	мяч для метания 150г	90,00р.	5	450,00р.
9	снаряд для метания 500г	390,00р.	7	2 730,00р.
10	снаряд для метания 700г	450,00р.	7	3 150,00р.
11	обустройство открытой площадки (комплекс Стандарт)	150 000,00р.	1	150 000,00р.
12	перекладина четверная	3 000,00р.	1	3 000,00р.
13	Персональный компьютер (комплект)	78 090,00р.	1	78 090,00р.
			Итого:	798 800,00р.



Были установлены следующие льготы для сдавших нормы ГТО

Дополнительные 10 баллов при поступлении в вуз для категорий абитуриентов:

- чемпионы и победители первенства Европы и мира;
- призеры и чемпионы Олимпийских, Сурдлимпийских и Паралимпийских игр;
- обладатели золотого и серебряного знака ГТО при поступлении в ВУЗы любого профиля;
- получившие при окончании школы аттестат с отличием;
- волонтеры;
- участники физкультурных мероприятий, творческих конкурсов, олимпиад;
- абитуриенты, получившие высокую оценку в ВУЗе за предъявленное сочинение, которое они написали в 11-ом классе школы.

. Дополнительная стипендия студенту;

. Дополнительные дни к отпуску (если будет закреплено законом).



Кирьянов Николай Аркадьевич
учитель физической культуры
БОУ «Нюксенская СОШ»