


Принято
на педагогическом совете
МБОУ Краснокаменской СОШ № 4
Протокол № 9
от «15» января 2025г.



Утверждаю.
Директор МБОУ
Краснокаменской СОШ № 4
 И.В. Каминская
Приказ № 8
от «16» января 2025г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе
"Готов к труду и обороне" (ГТО)
в МБОУ Краснокаменской СОШ № 4

I. Общие положения

1.1. 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).

1.2. 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 трём уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

1.3. Комплекс основывается на следующих принципах:

- добровольность и доступность;
- оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- обязательность медицинского контроля.

2. Цели и задачи комплекса ГТО

2.1. Целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

- повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
- гармоничное и всестороннее развитие личности;
- воспитание патриотизма;
- обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания учащихся.

2.2. Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

- увеличение числа учащихся, систематически занимающихся физической культурой в МБОУ Краснокаменской СОШ № 4;
- повышение уровня физической подготовленности учащихся, педагогов и работников МБОУ Краснокаменской СОШ № 4;
- формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний учащихся о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий.

3. Структура и содержание комплекса ГТО

3.1. 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.

3.2. 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:

- виды испытаний (тесты) и нормативы;
- требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
- 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.

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

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

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

3.5. Обязательные испытания (тесты) в соответствии со степенями структуры комплекса подразделяются на:

- испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;
- испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;
- испытания (тесты) по определению уровня развития силы;
- испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

3.6. Испытания (тесты) по выбору в соответствии со степенями структуры комплекса подразделяются на:

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

3.7. 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.

3.8. 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.

3.9. 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.

3.10 Порядок организации и проведения тестирования учащихся утверждается директором МБОУ Краснокаменской СОШ № 4.

4. Организация работы по введению и реализации комплекса ГТО

4.1. 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.