



Администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 19.11.2018 № 1841-п

О проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», в целях пропаганды физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на укрепления здоровья населения, руководствуясь статьями 32, 35, 40 Устава муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области, администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области постановляет:

1. Провести в МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области 27 ноября 2018 года с 13.00 часов I этап сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

2. Утвердить положение о проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области (Приложение № 1).

3. Отделу по физической культуре и спорту администрации Сорочинского городского округа (Кочетков В.И.), Центру тестирования Сорочинского городского округа (Макарычев В.А.) (по согласованию), МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области (Хроликова М.А.) (по согласованию) организовать принятие норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у учащихся МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

4. Контроль за исполнением данного постановления возложить на Кочеткова Владимира Ивановича – начальника отдела по физической культуре и спорту администрации Сорочинского городского округа и Урюпину Галину Валентиновну – начальника Управления образования администрации Сорочинского городского округа.

5. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания и подлежит размещению на Портале муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области (www.sorochinsk56.ru).

Глава муниципального образования
Сорочинский городской округ

Т.П.Мелентьева

Положение
о проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Николаевская СОШ»
Сорочинского городского округа Оренбургской области

1. Цели и задачи:

- пропаганда Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и здорового образа жизни;
- осуществление контроля за уровнем физической подготовленности и степенью владения практическими умениями и навыками видов испытаний при выполнении нормативов комплекса ГТО;
- организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы по комплексу ГТО в школе.

2. Сроки и место проведения.

I этап сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области проводится 27 ноября 2018 года в спортивном зале МБОУ «Николаевская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

Начало мероприятия в 13.00 часов.

3. Участники сдачи норм комплекса ГТО.

К участию в I этапе сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) допускаются наиболее подготовленные юноши и девушки I-V ступеней ГТО (учащиеся 1-10 классов).

Возрастные группы:

- от 6 до 8 лет (первая ступень ГТО);
- от 9 до 10 лет (вторая ступень ГТО);
- от 11 до 12 лет (третья ступень ГТО);
- от 13 до 15 лет (четвертая ступень ГТО);
- от 16 до 17 лет (пятая ступень ГТО).

4. Программа видов испытаний комплекса ГТО.

В программу I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) входят следующие виды и упражнения:

I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет) – девочки:

1. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).
2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет) – мальчики:

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

II ступень (возрастная группа от 9 до 10 лет) – девочки:

5. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

7. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

8. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

II ступень (возрастная группа от 9 до 10 лет) – мальчики:

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет) – девочки:

1. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет) – мальчики:

5. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

7. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

8. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет) – девочки:

9. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

10. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

11. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

12. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет) – мальчики:

5. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

7. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

8. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

V ступень (возрастная группа от 16 до 17 лет) – девочки:

1. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).
2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

V ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет) – мальчики:

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).
2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).
3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

5. Организация и проведение.

Организация и проведение I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) возлагается на отдел по физической культуре и спорту администрации Сорочинского городского округа и Центр тестирования Сорочинского городского округа.

Медицинский контроль за участниками I этапа сдачи норм комплекса ГТО обеспечивает образовательная организация.

6. Заявки и спортивная форма.

Всем участникам I этапа сдачи норм комплекса ГТО необходимо иметь спортивную форму и обувь.

Не зарегистрированным, в обязательном порядке зарегистрироваться на Всероссийском сайте ГТО (www.gto.ru) и получить идентификационный номер (ID-номер).

Учителям физической культуры необходимо организовать подготовку учащихся к сдаче норм ГТО.

Именная заявка (по классам), заверенная директором школы, подается в судейскую коллегию в день проведения сдачи норм комплекса ГТО по форме (Ф.И.О., дата и год рождения, ID-номер, виза врача).