



Администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 02.12.2019 № 1999-н

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

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», руководствуясь статьями 32, 35, 40 Устава муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области, в целях пропаганды физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на укрепления здоровья населения, администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области постановляет:

1. Провести в МБОУ «Баклановская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области 12 декабря 2019 года с 10.30 часов I этап сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Баклановская СОШ» Сорочинского городского округа.

2. Утвердить положение о проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Баклановская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области согласно приложению.

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

4. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

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

Приложение
к постановлению администрации
Сорочинского городского округа
Оренбургской области
от 02.12.2019 № 1999-н

Положение
о проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Баклановская 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 «Баклановская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области проводится 12 декабря 2019 года в спортивном зале МБОУ «Баклановская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

Начало мероприятия в 10.30 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 18 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:

1. 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).

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).

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

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).

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

1. 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).

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 16 до 17 лет) – девушки:

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 16 до 17 лет) – юноши:

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).