



Администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 03.04.2019 № 535-п

О проведении I этапа сдачи нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Бурдыгинская 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, здорового образа жизни, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на укрепления здоровья учащихся, в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», руководствуясь статьями 32, 35, 40 Устава муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области, администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области постановляет:

1. Провести в МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области 11 апреля 2019 года с 12:30 часов I этап сдачи нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

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

3. Рекомендовать:

3.1. Центру тестирования Сорочинского городского округа (В.А.Макарычев) и МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа (Н.А.Ушакова) организовать принятие нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у учащихся МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа.

4. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

5. Постановление вступает в силу со дня его подписания и подлежит размещению на Портале муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области в сети «Интернет» (www.sorochinsk56.ru).

Глава муниципального образования
Сорочинский городской округ

Т.П.Мелентьева

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

1. Цели и задачи.

- пропаганда Всероссийского физкультурно-спортивного 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;
- организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы по комплексу ГТО в образовательных организациях.

2. Сроки и место проведения.

I этап сдачи нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО учащимися МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области проводится 11 апреля 2019 года в МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа Оренбургской области.

Начало сдачи нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО в 12.30 часов.

3. Участники сдачи нормативов испытаний (тестов) ГТО.

К участию в I этапе сдачи нормативов испытаний (тестов) 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 сдачи нормативов испытаний (тестов) 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 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).

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) – 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).

IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 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).

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) учащимися МБОУ «Бурдыгинская СОШ» Сорочинского городского округа возлагается на Центр тестирования Сорочинского городского округа и МБОУ «Бурдыгинская СОШ» 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:

№ п/п	Ф.И.О. (полностью)	Число, месяц, год рождения	ID-номер (обязательно)	Виза врача
1.				
2.				
3.				
и т.д.				