



Администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

от 06.02.2020 № 140-п

О сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися 11-х классов образовательных организаций 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, здорового образа жизни, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на укрепления здоровья учащихся, администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области постановляет:

1. Провести в городе Сорочинске 26 февраля 2020 года с 11.00 часов в физкультурно-оздоровительном комплексе «Дружба» сдачу норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися 11-х классов образовательных организаций Сорочинского городского округа Оренбургской области.

2. Утвердить положение о сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» ГТО учащимися 11-х классов образовательных организаций Сорочинского городского округа Оренбургской области согласно приложению.

3. Отделу по физической культуре и спорту администрации Сорочинского городского округа (В.И.Кочетков), Управлению образования администрации Сорочинского городского округа (Г.В.Урюпина), Центру тестирования Сорочинского городского округа (В.А.Макарычев) (по согласованию) организовать принятие норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у учащихся 11-х классов образовательных организаций Сорочинского городского округа Оренбургской области.

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 ([www.sorochinsk56.ru](http://www.sorochinsk56.ru)).

Глава муниципального образования  
Сорочинский городской округ

Т.П.Мелентьева

Разослано: в дело, отделу по физической культуре и спорту, Управлению образования, Центру тестирования, образовательным организациям, Рябых Е.С., Вагановой Е.В., прокуратуре.

## Положение

о сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися 11-х классов образовательных организаций 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 V и VI ступени ГТО;
- организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы по комплексу ГТО в образовательных организациях.

### 2. Сроки и место проведения.

Сдача норм ГТО учащимися 11-х классов образовательных организаций Сорочинского городского округа проводится 26 февраля 2020 года в физкультурно-оздоровительном комплексе «Дружба» города Сорочинска (ул.Ворошилова, 11).

Начало сдачи норм комплекса ГТО в 11.00 часов. Сбор участников и представителей команд до 10.45 часов.

### 3. Участники сдачи норм комплекса ГТО.

К участию в сдаче норм комплекса ГТО допускаются учащиеся 11-х классов образовательных организаций, юноши и девушки V и VI ступени ГТО, имеющие медицинский допуск к занятиям физической культурой и спортом:

- V ступень – юноши и девушки 16-17 лет;
- VI ступень – юноши и девушки 18-29 лет.

Каждый участник сдачи норм комплекса ГТО должен быть зарегистрировать на Всероссийском сайте ГТО и получить свой ID-номер, необходимый для дальнейшего внесения результатов в автоматизированную информационную систему ГТО.

### 4. Программа сдачи норм комплекса ГТО.

В программу сдачи норм комплекса ГТО учащимися образовательных организаций Сорочинского городского округа входят следующие виды и упражнения:

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).

VI ступень (возрастная группа от 18 до 29 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).

VI ступень (возрастная группа от 18 до 29 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 сдачи норм комплекса ГТО учащимися 11-х классов образовательных организаций Сорочинского городского округа возлагается на отдел по физической культуре и спорту, Управление образования администрации Сорочинского городского округа, Центр тестирования ГТО, МБУДО «ДЮСШ» города Сорочинска и судейскую коллегию.

#### 6. Заявки и спортивная форма.

Образовательным организациям необходимо подтвердить участие в сдаче норм комплекса ГТО в отдел по физической культуре и спорту администрации Сорочинского городского округа по эл. почте [sorsport@yandex.ru](mailto:sorsport@yandex.ru).

Именные заявки, заверенные руководителем образовательной организации, представителем команды и врачом подаются в судейскую коллегию в день проведения сдачи норм комплекса ГТО, по форме:

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

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