

Принято Педагогическим советом Протокол №1 от «28» август 2014 г.	Согласовано Председатель родительского комитета ----- ----- Гузаирова В.Х. от «28» август 2014 г.	Утверждаю Директор школы: ----- ----- Маннапова Э.Н. Введено в действие приказом №142 «ОД» от «2.» сентябрь 2014 г.
--	--	---

Положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе

«Готов к труду и обороне» (ГТО).

Иж-Бобьинская СОШ Агрызского муниципального района РТ.

Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

Повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания учащихся и населения.

Задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса:

1. Увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации.
2. Повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации.
3. Формирование у учащихся и населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.
4. Повышение общего уровня знаний у учащихся и населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий.
5. Модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса:

Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса состоит из 11 ступеней и включает следующие возрастные группы:

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| Первая ступень от 6 до 8 лет | Шестая ступень от 18 до 29 лет |
| Вторая ступень от 9 до 10 лет | Седьмая ступень от 30 до 39 лет |
| Третья ступень от 11 до 12 лет | Восьмая ступень от 40 до 49 лет |
| Четвертая ступень от 13 до 15 лет | Девятая ступень от 50 до 59 лет |
| Пятая ступень от 16 до 17 лет | Десятая ступень от 60 до 69 лет |

Одиннадцатая ступень от 70 и старше

Нормативно-тестирующая часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса предусматривает государственные требования к уровню физической подготовленности населения на основании выполнении норматива и оценки уровня знаний и умений, состоит из следующих разделов:

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы.

Обязательные испытания и (тесты).

а. испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей,

б. испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости

в. испытания (тесты) по определению уровня развития силы

г. испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости

Испытания (тесты) по выбору.

-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

2. Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта включают проверку знаний и умений по следующим вопросам:

а) влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;

б) гигиена занятий физической культурой

в) основные методы контроля физического состояния

г) основы методики самостоятельных занятий

д) основы истории развития физической культуры и спорта

е) овладение практическими умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности

Место проведения тестирования.

Спортивный зал и спортивная площадка.

Сроки проведения.

1 этап 29.сентября 2014 г.

2.этап 10 января 20115 г.

3. этап 7 март 2015г.

Ответственные.

За информационное обеспечение заместитель директора по воспитательной работе, за учет данных о выполнении вида испытаний (тестов) и нормативов осуществляют учителя физической культуры.

К выполнению нормативов допускаются лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом в том числе самостоятельно, на основании результатов медицинского осмотра.