

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
ЛЕНИНОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

П Р И К А З

От _____

№ _____

О реализации комплекса ВФСК ГТО

В целях активизации деятельности по реализации мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и выполнению режима двигательной активности

п р и к а з ы в а ю:

1. Объявить первое полугодие 2019-2020 учебного года в общеобразовательных учреждениях Лениногорского муниципального района «Полугодием ГТО».
2. Руководителям общеобразовательных учреждений:
 - 2.1. активизировать деятельность по реализации мероприятий Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в общеобразовательных учреждениях согласно методическим рекомендациям (Приложение);
 - 2.2. направлять отчет о проведенной работе ежеквартально до 20 числа на электронную почту: Guzel.Mirgalieva@mail.ru
3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на Г.Н. Миргалиеву, методиста управления образования.

Начальник МКУ «Управление образования» ИК
МО «Лениногорский муниципальный район» РТ

В.С. Санатуллин

Методические рекомендации
по реализации мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

I. Основные направления реализации мероприятий ВФСК ГТО.

нормативно-правовое, организационное, материально-техническое и информационно-методическое обеспечение реализации мероприятий ВФСК ГТО в образовательных организациях;

организация тестирования обучающихся на выполнение нормативов ВФСК ГТО во взаимодействии с центрами тестирования и местами тестирования;

тиражирование положительного опыта подготовки обучающихся к выполнению нормативов и требований ВФСК ГТО и повышения уровня знаний в области физической культуры и спорта средствами физического, духовно-нравственного, патриотического воспитания и туристско-краеведческой деятельности с учетом исторических, культурных и национальных особенностей;

разработка, утверждение и реализация комплекса мер, направленных на популяризацию ВФСК ГТО среди обучающихся и их вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом;

информационное сопровождение реализации мер ВФСК ГТО в образовательных организациях;

проведение мониторинга внедрения ВФСК ГТО в образовательных организациях.

II. Показатели эффективности реализации ВФСК ГТО.

1. Доля обучающихся, принявших участие в выполнении нормативов ВФСК ГТО в течении учебного года, от общего количества обучающихся %.
2. Доля обучающихся, выполнивших нормативы ВФСК ГТО на знаки отличия, от количества обучающихся, принявших участие в тестировании в течение учебного года, %.
3. Доля обучающихся, систематически посещающих занятия физкультурно-спортивной направленности в рамках дополнительного образования, от общего количества обучающихся (на основании статистической отчетности 5-ФК, 1-ДО, 1-Доп).
4. Доля обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом, от общего количества обучающихся (на основании статистической отчетности 1-ФК).
5. Доля педагогических работников, прошедших с 2014 года повышение квалификации по программам дополнительного образования, включающим вопросы в реализации ВФСК ГТО, организация физкультурно-массовой работы, от общего количества педагогических работников.

6. Доля образовательных организаций, имеющих на официальных сайтах разделы, посвященные ВФСК ГТО, от общего количества образовательных организаций, имеющих официальные сайты и периодически обновление сайтов.

7. Доля общеобразовательных организаций, имеющих школьные спортивные клубы, от общего количества общеобразовательных организаций.

III. План мероприятий, рекомендованных к проведению в 2019-2020 учебном году и направленных на популяризацию ВФСК ГТО.

сентябрь (четвертая пятница) – день легкоатлетических видов: бег на 2 км и 3 км;

октябрь (третья пятница) – день ОФП: подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;

ноябрь (третья пятница) – день плавания;

декабрь (третья пятница) – день стрельбы;

январь (третья пятница) – день гимнастики;

февраль (третья пятница) – день лыжных гонок;

март (третья пятница) – день прыжков;

апрель (третья пятница) – день ОФП: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

май (третья пятница) – день туризма;

июнь (третья пятница) – день ГТО в пришкольных лагерях.

Выполнение нормативов ВФСК ГТО просим освещать в социальных сетях под хештегами: #ГТОМОИНРТ, #ГТОРТ, #ГТО.

Информацию о проведенных мероприятиях, количество приступивших к нормативам ГТО, количество выполнивших нормативы ГТО, количество результатов введенных в систему АИС ГТО, количество выполнивших нормативы ГТО на знаки (бронза, серебро, золото) просим вас направить до 20 сентября 2019 года, далее ежеквартально до 20 числа на электронную почту: Guzel.Mirgalieva@mail.ru

IV. Организации мероприятий, направленных на выполнение недельного двигательного режима в образовательных организациях.

Помимо нормативно-тестирующей части Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 08 июля 2014 года № 575, содержат рекомендации к недельному двигательному режиму по каждой возрастной ступени комплекса.

Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, не менее (мин)					
	I ступень (6-8 л.)	II ступень (9-10л.)	III ступень (11-12 л.)	IV ступень (13-15 л.)	V ступень (16-17 л.)	VI ступень (18 л.)

Утренняя гимнастика	70	70	105	140	140	140
Обязательные учебные занятия	135	135	135	135	135	90
Двигательная активность в процессе учебного дня	120	120	120	100	75	75
Организованные занятия в спорт. секциях и кружках	90	90	90	90	135	120
Самостоятельные занятия физ. культурой	90	90	90	90	120	120
ИТОГО	≥ 8 час.	≥8 час.	≥ 9 час.	≥ 9 час.	≥ 9 час.	≥ 9 час.

В образовательных организациях необходимо создать условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении (СанПиН. 2.4.2.2821-10 пп. 10.17, 10.20, 10.21,10.22).

Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- утренней гимнастики перед началом занятий или после первого урока;
- физкультминуток и динамических пауз на уроках;
- динамических перемен;
- спортивных соревнований, занятий в спортивных кружках и секциях, массовых спортивно-оздоровительных мероприятий.

Поволжской государственной академией физической культуры, спорта и туризма разработаны методические рекомендации по проведению утренней гимнастики в образовательных организациях. Утреннюю гимнастику рекомендуется проводить перед началом занятий или после первого урока. Методические рекомендации и видеоконспекты утренней гимнастики, рекомендованные к проведению в образовательных организациях, размещены на сайте Министерства образования и науки Республики Татарстан в разделе «Образование/Воспитание, дополнительное образование детей/Здоровьеберегающее и физкультурно-спортивное направление/Недельный двигательный режим».

Динамические паузы являются неотъемлемой частью урока. В связи с этим проведение физкультурных минуток является обязательным этапом урока на всех ступенях обучения. Для проведения физкультминуток рекомендовано использовать комплексы упражнений, предложенные в Приложениях 4, 5 к «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (СанПиН. 2.4.2.2821-10). Рекомендуется проводить уроки в режиме частой смены динамических поз с

использованием офтальмотренажеров, рекомендованных профессором В.Ф. Базарным.

Большие перемены, предусмотренные в распорядке дня общеобразовательных организаций, необходимо максимально использовать для организации динамических пауз. В ежедневные динамические паузы рекомендуется включать двигательно-активные виды деятельности учащихся на спортивных площадках, в спортивных, тренажерных, теннисных залах, танцевальных классах.

К организации утренней зарядки, динамических пауз на больших переменах необходимо привлекать учителей физической культуры, классных руководителей, членов ученического самоуправления.

В результате реализации формирования эффективной системы физического воспитания обучающихся, обеспечивающей:

укрепление здоровья, гармоничное физическое и нравственное развитие обучающихся;

повышение уровня физической подготовленности и двигательной активности обучающихся;

повышение у обучающихся уровня знаний в области физической культуры и спорта;

формирование у обучающихся осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.

V. Предлагаемые мотивационные меры поощрения обучающихся и студентов.

Руководителям органов управления в сфере образования, образовательных организаций, предусмотреть меры поощрения обучающихся, активно участвующих в реализации мероприятий по продвижению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), на основании приказа Министерства образования и науки Республики Татарстан от 17.11.2014 года №6564/14 «О поощрении обучающихся общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций Республики Татарстан, активно внедряющих «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО):

благодарственное письмо руководителя образовательной организации «За успехи в выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;

благодарственное письмо руководителя образовательной организации в адрес родителей «За успехи в выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;

награждение ценным подарком;

единовременная денежная премия;

занесение фамилий обучающихся на Доску Почета, в Книгу Почета образовательной организации, муниципального района

создание Аллеи Спортивных достижений образовательной организации, муниципального района с занесением фамилий обучающихся

посещение на бесплатной основе республиканских, всероссийских, международных спортивных соревнований;

предоставление абонементов на бесплатные занятия в спортивно-оздоровительных комплексах;

предоставление бюджетных путевок в загородные оздоровительные лагеря.