



№ 659

11.09.2014 года

Директорам, ЗДВР

Уважаемые коллеги!

МКУ «Управление образования Сабинского муниципального района РТ» направляет рекомендации по организации апробации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для использования в работе.

Примерный календарь сдачи нормативов ВФСО (ГТО)

№	Нормативы	Дата
1.	Челночный бег 3x10 м	сентябрь-октябрь
2.	Бег на 30,60,100 м	сентябрь-октябрь
3.	Бег на 1; 1,5; 2; 3 км	сентябрь-октябрь
4.	Смешанное передвижение	сентябрь-октябрь
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	сентябрь-октябрь
6.	Прыжок в длину с разбега	сентябрь-октябрь
7.	Плавание на 10,15,25,50 м	сентябрь
8.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	Январь-февраль
9.	Подтягивание из виса на низкой перекладине	Январь-февраль
10.	Рывок гири	Январь-февраль
11.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Январь-февраль
12.	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Январь-февраль
13.	Бег на лыжах на 1,2,3,5 км	Январь-февраль
14.	Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	Январь-февраль

15	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или гимнастической скамье	Апрель-май
16.	Метание теннисного мяча в цель	Апрель-май
17.	Метание спортивного снаряда на дальность	Апрель-май
18.	Кросс по пересеченной местности на 1,2,3,5 км	Апрель-май
19.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	Апрель-май

Участники

К сдаче нормативов допускаются обучающиеся **основной группы здоровья** по физической культуре. По усмотрению медицинских работников от сдачи норм комплекса могут быть освобождены обучающиеся, которые уже после диспансеризации перенесли продолжительные болезни. Списки допущенных к сдаче комплекса ГТО участников заверяются врачом и утверждаются директором школы.

Документация

На организационном этапе по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) образовательная организация должна иметь следующую документацию (сведения):

1. Состав школьной комиссии по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и план ее работы на учебный год (утвержденные приказом директора).

Председатель комиссии – директор школы или СПО, заместитель председателя – заместитель директора по воспитательной работе.

2. План работы по физическому воспитанию обучающихся на учебный год, включающий работы по внедрению ВФСК(ГТО) (утвержденный приказом директора).

3. Общее количество учащихся по состоянию на 1 сентября со списками обучающихся.

4. Количество допущенных к сдаче норм комплекса ГТО по классам (на основании допуска врача)

5. Рабочая документация по фиксированию результатов сдачи нормативов (протоколы с результатами обучающихся, журналы регистрации результатов

ВФСК (ГТО), решения школьной комиссии по итогам работы, иные организационные документы).

Агитационно-пропагандистская работа и взаимодействие со средствами массовой информации.

В целях информирования всех участников образовательного процесса о проводящихся мероприятиях по внедрению ВФСК (ГТО) необходимо предусмотреть создание информационных стендов по ВФСК (ГТО) в каждой образовательной организации, а так же специальных разделов на сайтах образовательных организаций портала «Электронное образование в РТ», содержащих следующую информацию:

- нормативные документы,
- Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе ГТО,
- материалы, отражающие ход сдачи нормативов,
- расписание работы спортивных секций, рекорды школы, разрядные нормы по видам спорта, таблицы оценки результатов соревнований, фотоматериалы.

Приложение: Письмо МО и Н РТ

Начальник

И.Ф.Шакиров