



АССОЦИАЦИЯ ПРЕДПРИЯТИЙ СПОРТИВНОЙ
ИНДУСТРИИ



ОБЪЕДИНЕНИЕ
УЧИТЕЛЕЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ
РОССИИ

проект:

Методические рекомендации по спортивной инфраструктуре в рамках реализации программы ГТО

Руководитель проекта - председатель комитета по строительству и
оборудованию спортсооружений АПСИ **Лахманский Евгений Семенович**
тел.: +7 968 896 95 94
e-mail: vegales@rambler.ru

Координатор проекта
Фролов Алексей Петрович
тел.: +7 495 663 15 76
моб.: +7 903 108 30 73
e-mail: info@v-fsk.ru

I. Цель и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Целью внедрения Комплекса ГТО является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации.

Комплекс ГТО направлен на обеспечение преемственности и осуществления физического воспитания населения.

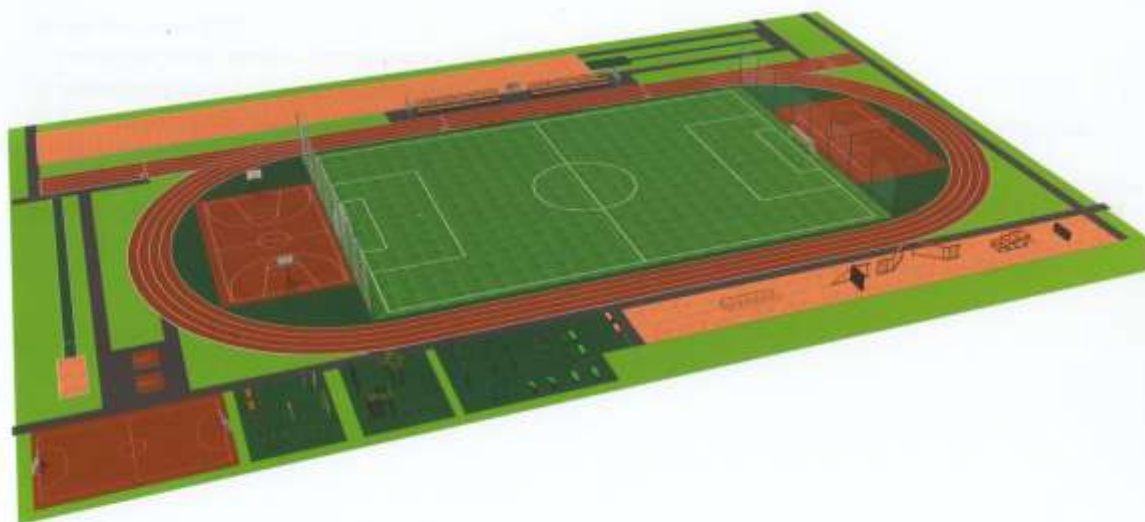
Задачи Комплекса ГТО:

- 1) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- 2) повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан;
- 3) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- 4) повышение общего уровня знаний 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.

Предложение по оснащению спортивной инфраструктуры образовательных организаций для подготовки и сдачи норм ГТО.

Предложение по оснащению спортивной инфраструктуры образовательных организаций для подготовки и сдачи норм ГТО.
I-V СТУПЕНЬ, (см. Приложение 1)

Вариант 1



Общий вид 1

Атлетическое ядро: I-V ступень.



- Футбольное поле 60x40 м. ЕПС - 32 чел.
- Круговая беговая дорожка 250 м. ЕПС - 24 чел.
- Прямая беговая дорожка 100 м. ЕПС - 24 чел.
- Баскетбольная площадка 26x15 м. ЕПС - 24 чел.
- Волейбольная площадка 24x14 м. ЕПС - 24 чел.

Место для метания спортивного снаряда: II-V ступень.

- Дорожка для разбега 30 м.
- Место для приземления снарядов 95 м. ЕПС - 7 чел.



Место для прыжков в длину и тройного прыжка: II-V ступень.

- Дорожка для разбега 45 м.
- Яма для приземления 8 м. ЕПС - 10 чел.



Место для прыжков в длину с места: I-V ступень.

ЕПС - 16 чел.



Спортивная площадка для общефизического развития детей младших кл.: I ступень.

Спортивная площадка для общефизического развития детей младших классов 12x18 м. ЕПС - 25 чел.



Спортивно-развивающая площадка для 1-4 кл.: I-II ступень.

Размер площадки 9x12 м. ЕПС - 20 чел.

1. Турник разновысотный детский
2. Брусья легкие
3. Скамья для физических упражнений
4. Бум тройной
5. Спортивный кониок детский
6. Шведская стенка с турником



Спортивно-развивающая площадка для 5-6 кл.: III ступень.

Размер площадки 9x12 м. ЕПС - 20 чел.

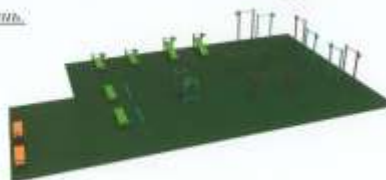
1. Узоры для скамьи разновысотные
2. Спортивно-развивающее оборудование
3. Турник разновысотный
4. Рукаод круговой
5. Брусья



Гимнастическая площадка для 7-11 кл.: IV-V ступень.

Размер площадок 12x16 м и 4x7 м. ЕПС - 20 чел.

1. Турник разновысотный
2. Брусья
3. Скамья для пресса наклонная
4. Скамья для пресса прямая
5. Скамья для физических упражнений
6. Тренажер тройной
7. Место для подвешива гири.



Полоса препятствий: V ступень

Размер 60x7 м. ЕПС - 10 чел.

1. Лабиринт
2. Забор с наклонной доской
3. Разрушимый мост
4. Разрушенная лестница
5. Стена с двумя проломами



Трибуны:

ЕПС - 120 чел.

1. Трибуны секционные (1 секция по 15 человек) - 8 секций
2. Информационные стенды.



Общая одновременная пропускная способность

ЕПС - 376 человек.

Предложение по оснащению спортивной инфраструктуры образовательных организаций для подготовки и сдачи норм ГТО.

I-V СТУПЕНЬ. (см. Приложение 1)

Вариант 2



Общий вид 1





Атлетическое ядро:

1. Футбольное поле
2. Беговая дорожка 250 м.
3. Прямая беговая дорожка 100 м.
4. Баскетбольная площадка
5. Место для прыжков в длину и тройного прыжка.
6. Место для прыжков в длину с места.
7. Спортивная площадка для общефизического развития детей младших классов.
8. Спортивно-разминочная площадка для 1-4 кл.
9. Спортивно-разминочная площадка для 5-8 кл.
10. Гимнастическая площадка для 7-11 кл.
11. Трибуны.

Общий вид сверху

Атлетическое ядро: I-V ступень.



- Футбольное поле 60x40 м. ЕПС - 32 чел.
- Круговая беговая дорожка 250 м. ЕПС - 24 чел.
- Прямая беговая дорожка 100 м. ЕПС - 24 чел.
- Баскетбольная площадка 26x15 м. ЕПС - 24 чел.

Место для прыжков в длину и тройного прыжка: II-V ступень.

- Дорожка для разбега 45 м.
- Яма для приземления 8 м.
- ЕПС - 10 чел.



Место для прыжков в длину с места: I-V ступень.

ЕПС - 16 чел.



Спортивная площадка для общефизического развития детей младших кл.: I ступень

Спортивная площадка для общефизического развития детей младших классов 12x18 м. ЕПС - 25 чел.



Спортивно-развивающая площадка для 1-4 кл.: I-II ступень

Размер площадки 9x12 м. ЕПС - 20 чел.

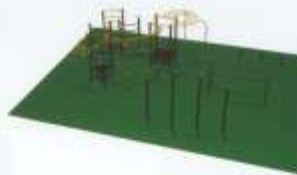
1. Турник разновысотный детский
2. Брусья детские
3. Скамья для физических упражнений
4. Бум-трюмной
5. Спортивный комплекс детский
6. Шведская стенка с турником



Спортивно-развивающая площадка для 5-6 кл.: III ступень

Размер площадки 9x12 м. ЕПС - 15 чел.

1. Упоры для отжиманий разновысотные
2. Спортивно-развивающее оборудование
3. Турник разновысотный
4. Брусья



Гимнастическая площадка для 7-11 кл.: IV-V ступень

ЕПС - 35 чел.

1. Турник разновысотный
2. Скамья для пресса прямая
3. Скамья для физических упражнений
4. Скамья для пресса наклонная
5. Брусья
6. Упоры для отжиманий разновысотные
7. Тренажер трюмной
8. Рукавица круговой



Трибуны:

ЕПС - 120 чел.

1. Трибуна трехуровневая (1 секция по 15 человек) - 8 секций
2. Информационные экраны



Общая единовременная пропускная способность

ЕПС - 345 человек.