



Администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 14.10.2019 № 1622-н

О проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», в целях пропаганды физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на укрепления здоровья населения, руководствуясь статьями 32, 35, 40 Устава муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области, администрация Сорочинского городского округа Оренбургской области постановляет:

1. Провести в МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа 17 октября 2019 года с 10.30 часов I этап сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа.

2. Утвердить положение о проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа согласно приложению.

3. Ведущему специалисту по молодежной политике администрации Сорочинского городского округа (Головкова А.А.), Центру тестирования Сорочинского городского округа (Макарычев В.А.) (по согласованию), МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа (Пронина Т.М.) (по согласованию) организовать принятие норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) у учащихся МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа.

4. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

5. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания и подлежит размещению на Портале муниципального образования Сорочинский городской округ Оренбургской области (www.sorochinsk56.ru).

И.о. главы муниципального образования
Сорочинский городской округ – первый
заместитель главы администрации городского
округа по оперативному управлению
муниципальным хозяйством

А.А. Богданов

Приложение
к постановлению администрации
Сорочинского городского округа
Оренбургской области
от 14.10.2019 № 1622-н

Положение
о проведении I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «2-Михайловская»
Сорочинского городского округа

1. Цели и задачи:

- пропаганда Всероссийского 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 комплекса ГТО;
- организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы по комплексу ГТО в школе.

2. Сроки и место проведения.

I этап сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа проводится 17 октября 2019 года в спортивном зале МБОУ «2-Михайловская СОШ» Сорочинского городского округа.

Начало мероприятия в 10.30 часов.

3. Участники сдачи норм комплекса ГТО.

К участию в I этапе сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) допускаются наиболее подготовленные юноши и девушки I-V ступеней ГТО (учащиеся 1-10 классов).

Возрастные группы:

- от 6 до 8 лет (первая ступень ГТО);
- от 9 до 10 лет (вторая ступень ГТО);
- от 11 до 12 лет (третья ступень ГТО);
- от 13 до 15 лет (четвертая ступень ГТО);
- от 16 до 17 лет (пятая ступень ГТО).

4. Программа видов испытаний комплекса ГТО.

В программу I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) входят следующие виды и упражнения:

I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет) – девочки:

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).

I ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет) – мальчики:

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).

II ступень (возрастная группа от 9 до 10 лет) – девочки:

5. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).

6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.).

7. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.).

8. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту).

II ступень (возрастная группа от 9 до 10 лет) – мальчики:

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).

III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет) – девочки:

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).

III ступень (возрастная группа от 11 до 12 лет) – мальчики:

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см. (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).

IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 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).

IV ступень (возрастная группа от 13 до 15 лет) – юноши:

1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см. (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) – 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).

5. Организация и проведение.

Организация и проведение I этапа сдачи норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) возлагается на ведущего специалиста по молодежной политике администрации Сорочинского городского округа и Центр тестирования Сорочинского городского округа.

Медицинский контроль за участниками I этапа сдачи норм комплекса ГТО обеспечивает образовательная организация.

6. Заявки и спортивная форма.

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

Не зарегистрированным, в обязательном порядке зарегистрироваться на Всероссийском сайте ГТО (www.gto.ru) и получить идентификационный номер (ID-номер).

Учителям физической культуры необходимо организовать подготовку учащихся к сдаче норм ГТО.

Именная заявка (по классам), заверенная директором школы, подается в судейскую коллегию в день проведения сдачи норм комплекса ГТО по форме (Ф.И.О., дата и год рождения, ID-номер, виза врача).