

ПРИКАЗ

от 2 сентября 2019 г.

№ 24

***Об организации работы по реализации  
Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса «Готов к труду и обороне»***

Во исполнение Указа Президента РФ от 24 марта 2014г №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе Готов к труду и обороне», на основании приказа департамента образования Белгородской области от 03 декабря 2015 г №4908 «Об организации работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в общеобразовательных учреждениях Белгородской области», в соответствии с письмом управления образования администрации Староскольского городского округа от 03 декабря 2015 №1599 «Об организации работы по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в общеобразовательных учреждениях» и в целях реализации постановления Правительства Белгородской области от 04 августа 2014 года №293-пп «О поэтапном внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Белгородской области»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Заместителю директора Ершовой Т.А., учителю физической культуры Курдиной Т.В.
  - 1.1. организовать в 2019-2020 учебном году информационную работу по введению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» как программную и нормативную основу физического воспитания.
2. Заместителю директора Ершовой Т.А.:
  - 2.1. разместить на сайте школы информационные материалы по физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».
3. Учителям физической культуры: Курдиной Т.А., Буднитской Т.А., Позднякову С.В., Котареву А.И.
  - 3.1. обновить информацию на информационном стенде «Готов к труду и обороне» в срок до 10 сентября 2019 г;
  - 3.2. провести беседы с учащимися о внедрении ВФСК ГТО на уроках физической культуры;
  - 3.3. организовать изучение учащимися содержание ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», условий выполнения соответствующих видов испытаний на уроках физической культуры и на внеурочных занятиях;
  - 3.4. провести обследование спортивного оборудования в целях создания безопасных условий при проведении испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в срок до 5 сентября 2017 г;

3.5. продолжить работу по выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и успешную сдачу нормативов учащимися (Приложение 1).

4. Утвердить план информационно-просветительской работы по введению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (Приложение 2).

5. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор школы  
С приказом ознакомлены:

Л.А. Лебедева

Ершова Т.А.  
Курдина Т.В.  
Буднитская Т.А.  
Поздняков С.А.  
Котарев А.И.

**Нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне»**

<b>№</b>	<b>Наименование мероприятия</b>
<b>I ступень</b> <b>(30 мальчиков, 40 девочек, 2 класс)</b>	
1	Челночный бег (с)
2	Бег на 30м. (с)
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики
4	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу
7	Прыжок в длину с места (см)
8	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий)
<b>II ступень</b> <b>(40 мальчиков, 30 девочек, 4 класс)</b>	
1	Челночный бег (с)
2	Бег на 60м. (с)
3	Бег 1км. (мин,с)
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики
5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки
6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
7	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу
8	Прыжок в длину с разбега (см)
9	Прыжок в длину с места (см)
10	Метание мяча весом 150г (м, см)
<b>III ступень</b> <b>(40 мальчиков, 40 девочек, 6 класс)</b>	
1	Челночный бег (с)
2	Бег на 60м. (с)
3	Бег 1,5км. (мин,с)
4	Бег 2км. (мин,с)
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу
9	Прыжок в длину с разбега (см)
10	Прыжок в длину с места (см)

11	Метание мяча весом 150г (м, см)
<b>IV ступень</b> <b>(40 мальчиков, 30 девочек, 9 класс)</b>	
1	Челночный бег (с)
2	Бег на 60м. (с)
3	Бег 2км. (мин,с)
4	Бег на 3км. (с учетом времени)
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), девочки
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу
9	Прыжок в длину с разбега (см)
10	Прыжок в длину с места (см)
11	Метание мяча весом 150г (м, см)
<b>V ступень</b> <b>(все учащиеся основной группы, 10 класс)</b>	
1	Челночный бег (с)
2	Бег на 100м. (с)
3	Бег 2км. (мин,с)
4	Бег на 3км. (мин,с), юноши
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), юноши
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девушки
7	Рывок гири 16кг (количество раз), юноши
8	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), девушки
9	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)
10	Прыжок в длину с разбега (см)
11	Прыжок в длину с места (см)
12	Метание снаряда весом 500г (м, см), девушки
13	Метание снаряда весом 700г (м, см), юноши

**План  
информационно-просветительской работы  
по введению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне»**

№ п/п	Наименование	Сроки	Ф.И.О. ответственного
1.	Оборудование информационного стенда «ГТО»	сентябрь	Учителя физической культуры
2.	Обновление информации в разделе «ГТО» на школьном сайте	сентябрь	Ершова Т.А.
3.	Рассмотрение вопроса о введении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на родительских собраниях	1 кл. 2 кл 3 кл 4 кл 5 кл 6 кл 7 кл 8 кл 9 кл 10 кл 11 кл	Классные руководители
4.	Рассмотрение на классных часах Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	1 кл. 2 кл 3 кл 4 кл 5 кл 6 кл 7 кл 8 кл 9 кл 10 кл 11 кл	Классные руководители
5.	Изучение на уроках физкультуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	В течение учебного года	Учителя физической культуры

**ПЛАН**  
**проведения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**  
**«Готов к труду и обороне»**

№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Класс	Ответственные
<b>I ступень</b>					
1	Челночный бег (с)	Октябрь	Спортивный зал, стадион	2	Учителя физической культуры
2	Бег на 30м. (с)				
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики				
4	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки				
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)				
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу				
7	Прыжок в длину с места (см)				
8	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий)				
<b>II ступень</b>					
1	Челночный бег (с)	Октябрь	Спортивный зал, стадион	4	Учителя физической культуры
2	Бег на 60м. (с)				
3	Бег 1км. (мин,с)				
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики				
5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки				
6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)				
7	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу				
8	Прыжок в длину с разбега (см)				
9	Прыжок в длину с места (см)				
10	Метание мяча весом 150г (м, см)				
<b>III ступень</b>					
1	Челночный бег (с)	Октябрь	Спортивный зал, стадион	6	Учителя физической культуры
2	Бег на 60м. (с)				
3	Бег 1,5км. (мин,с)				

4	Бег 2км. (мин,с)				
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики				
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки				
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)				
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу				
9	Прыжок в длину с разбега (см)				
10	Прыжок в длину с места (см)				
11	Метание мяча весом 150г (м, см)				
	<b>IV ступень</b>	Октябрь	Спортивный зал, стадион	9	Учителя физической культуры
1	Челночный бег (с)				
2	Бег на 60м. (с)				
3	Бег 2км. (мин,с)				
4	Бег на 3км. (с учетом времени)				
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), мальчики				
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девочки				
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), девочки				
9	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу				
10	Прыжок в длину с разбега (см)				
11	Прыжок в длину с места (см)				
12	Метание мяча весом 150г (м, см)				
	<b>V ступень</b>	Октябрь	Спортивный зал, стадион	10	Учителя физической культуры
1	Челночный бег (с)				
2	Бег на 100м. (с)				
3	Бег 2км. (мин,с)				
4	Бег на 3км. (мин,с), юноши				
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), юноши				
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), девушки				
7	Рывок гири 16кг (количество раз), юноши				
8	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), девушки				
	Наклон вперед из положения стоя с				

9	прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см) Прыжок в длину с разбега (см)				
10	Прыжок в длину с места (см)				
11	Метание снаряда весом 500г (м, см),				
12	девушки				
13	Метание снаряда весом 700г (м, см), юноши				