Утверждаю: Утверждаю:

Директор МКУ Директор МОУ ДО «Детско-

«Физкультурно-молодежный центр» юношеская спортивная школа»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ П.М. Коростелев \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Д. Пономарева

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся   
11 классов общеобразовательных организаций**

**Ирбитского муниципального образования**

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Тестирование Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – тестирование ГТО) проводится среди обучающихся 11 классов общеобразовательных организаций Ирбитского муниципального образования.

Цель тестирования ГТО – привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачами тестирования ГТО являются:

- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся;

- организация приема нормативов комплекса ГТО у обучающихся   
11 классов общеобразовательных организаций, расположенных на территории Ирбитского муниципального образования и осуществляющих деятельность в 2015/2016 учебном году;

- повышение уровня физической подготовленности обучающихся;

- пропаганда здорового образа жизни;

- повышение проходного балла при поступлении в высшее учебное заведение

**II. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство, а также непосредственная организация и проведение тестирования осуществляет МКУ «Физкультурно-молодежный центр» и МОУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа».

Организацию методического обеспечения, анализ, обобщение и деятельность по формированию сводного протокола результатов лиц, выполнивших нормативы комплекса ГТО в Свердловской области в рамках тестирования ГТО осуществляет МКУ «Физкультурно-молодежный центр».

**Ш. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Финансовое обеспечение тестирования ГТО осуществляется за счет средств бюджета Ирбитского муниципального образования.

**lV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

Ответственным за соблюдение норм и правил безопасности при проведении соревнований является главный судья.

**V.ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

К участию в тестировании ГТО допускаются обучающиеся 11 классов (от 16 до 17 лет) общеобразовательных организаций, расположенных на территории Ирбитского муниципального образования и осуществляющих деятельность в 2015/2016 учебном году, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов медицинского осмотра.

Возраст участников в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату завершения тестирования ГТО.

Участник тестирования ГТО должен зарегистрироваться   
в автоматизированной информационной системе «Готов к труду и обороне»   
(далее – АИС ГТО) на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru/).

Фамилия, имя, отчество, пол, дата рождения, указанные в личном кабинете, должны соответствовать данным в документах, удостоверяющих личность. Регистрация на сайте осуществляется один раз с присвоением   
ID-номера. Если ID-номер уже есть, то повторная регистрация не требуется.

Заявка на прохождение тестирования **подписывается законным представителем несовершеннолетнего**. Результаты участников, не имеющих ID-номера, не учитываются.

1. **VI. МЕСТО, ВРЕМЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИ**

**ТЕСТИРОВАНИЯ ГТО**

Тестирование по выполнению нормативов комплекса ГТО обучающимися 11 классов общеобразовательных организаций, расположенных не территории Ирбитского муниципального образования, проводится **16 января 2016 года** в спортивном зале МОУ «Зайковская средняя общеобразовательная школа № 1» по адресу: Ирбитский р-н, п. Зайково, ул. Коммунистическая, 156. **Начало в 10.00 часов.**

Организация приема нормативов в рамках тестирования ГТО осуществляется в следующем порядке:

1. Регистрация участников на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru/)
2. Сбор заявок на прохождение тестирования комплекса ГТО с подписью законного представителя несовершеннолетнего до **25.12.2015г.** в МКУ «Физкультурно-молодежный центр (форма заявки прилагается).
3. **ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ прохождение медицинского осмотра до 25 декабря 2015 года!!!** Медицинский допуск для учащихся можно получить в медицинском кабинете образовательного учреждения по итогам ежегодного медицинского осмотра.
4. Составление коллективной заявки до **25.12.2015г.** Коллективная заявка с медицинским допуском направляется в адрес МКУ «Физкультурно-молодежный центр» на электронную почту [kdms\_irbit@mail.ru](mailto:kdms_irbit@mail.ru) или по факсу: 3-89-96 (форма заявки прилагается).
5. Составление графика приема нормативов с учетом количества заявившихся лиц и выбранных испытаний.
6. Прием нормативов.

Прием испытаний в Ирбитском муниципальном образовании проводится в 2 этапа:

- 1 этап (зимний) 16 января 2016 года (Зайковская СОШ №1);

- 2 этап (летний) весенне-летний период.

Виды испытаний (тестов), которые будут проводиться на 1 этапе (либо на 2 этапе) обозначены в таблице ниже знаком «Х» в соответствующем столбце.

V. СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 16 до 17 лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды испытаний  (тесты) | Нормативы | | | | | | | | | | | | I этап | | II этап | |
| Юноши | | | | Девушки | | | | | | | |  | |  | |
| Бронзовый знак | Серебряный знак | Золотой знак | | Бронзовый знак | | | Серебряный знак | | Золотой  знак | | |  | |  | |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
| 1. | Бег на 100 м (с) | 14,6 | 14,3 | 13,8 | | 18,0 | | | 17,6 | | 16,3 | | |  | | х | |
| 2. | Бег на 2 км (мин, с) | 9.20 | 8.50 | 7.50 | | 11.50 | | | 11.20 | | 9.50 | | |  | | х | |
| или на 3 км (мин, с) | 15.10 | 14.40 | 13.10 | | - | | | - | | - | | |  | | х | |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине  (количество раз) | 8 | 10 | 13 | | - | | | - | | - | | | х | |  | |
|  | или рывок гири 16 кг (количество раз) | 15 | 25 | 35 | | - | | | - | | - | | | х | |  | |
| или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине  (количество раз) | - | - | - | | 11 | | | 13 | | 19 | | | х | |  | |
| или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу  (количество раз) | - | - | - | | 9 | | | 10 | | 16 | | | х | |  | |
| 4. | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см) | 6 | 8 | 13 | | 7 | | | 9 | | 16 | | | х | |  | |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
| 5. | Прыжок в длину с разбега (см) | 360 | 380 | 440 | | | 310 | | 320 | | 360 | | |  | | х | |
| или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 200 | 210 | 230 | | | 160 | | 170 | | 185 | | | х | |  | |
| 6. | Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин) | 30 | 40 | 50 | | | 20 | | 30 | | 40 | | | х | |  | |
| 7. | Метание спортивного снаряда весом 700 г (м) | 27 | 32 | 38 | | | - | | - | | - | | |  | | х | |
| или весом  500 г (м) | - | - | - | | | 13 | | 17 | | 21 | | |  | | х | |
| 8. | Бег на лыжах на 3 км (мин, с) | - | - | - | | | 19.15 | | 18.45 | | 17.30 | | | х | |  | |
| или на 5 км (мин, с) | 25.40 | 25.00 | 23.40 | | | - | | - | | - | | | х | |  | |
| или кросс на 3 км по пересеченной местности\* | - | - | - | | | Без учета времени | | Без учета времени | | Без учета времени | | |  | | х | |
| или кросс на  5 км по пересеченной местности | Без учета времени | Без учета времени | Без учета времени | | | - | | - | | - | | |  | | х | |
| 9. | Плавание на  50 м (мин, с) | Без учета времени | Без учета времени | 0.41 | | | Без учета времени | | Без учета времени | | 1.10 | | |  | | х | |
| 10. | Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –  10 м (очки) | 15 | 20 | 25 | | | 15 | | 20 | | 25 | | | х | |  | |
| или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки) | 18 | 25 | 30 | | | 18 | | 25 | | 30 | | | х | |  | |
| 11. | Туристский поход с проверкой туристских навыков | Туристский поход с проверкой туристских навыков на дистанцию 10 км | | | | | | | | | | | |  | | х | |
| Количество видов испытаний (тестов) в возрастной группе | | 11 | 11 | | 11 | | | 11 | | 11 | | 11 |  | |  | |
| Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса | | 6 | 7 | | 8 | | | 6 | | 7 | | 8 |  | |  | |

1. Судейство. К судейству допускаются лица, имеющие образование в области физической культуры и спорта и стаж работы в отрасли.
2. Заполнение сводного протокола. Сводный протокол тестирования направляется в адрес института физической культуры ФГБОУ ВПО «УрГПУ» - регионального оператора внедрения комплекса ГТО на электронную почту [gto.ural@mail.ru](mailto:gto.ural@mail.ru) в срок до **20 января 2015** года.
3. **ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Подведение итогов осуществляется в соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 18.02.2015 № 144   
«Об утверждении Порядка награждения граждан Российской Федерации знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и присвоения им спортивных разрядов».