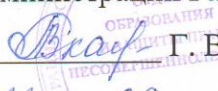


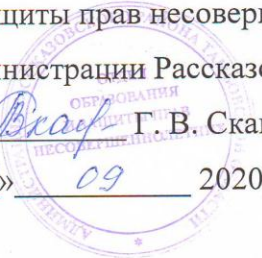


« Утверждаю»

Начальник отдела образования  
и защиты прав несовершеннолетних  
администрации Рассказовского района

 Г. В. Скакалина

«*dd*» *09* 2020 г.



«Согласовано»

Директор МБУДО « Спортивная  
школа Рассказовского района»

 Ивлев В.В.

2020 г.



## Положение

о проведении сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных  
организаций

### 1. Общие положения сдачи нормативов ГТО

1. Проведение сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций проводятся в форме выполнения тестовых упражнений (далее - тестирование ГТО) в соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее - комплекс ГТО), утверждённым распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1 165-р (в ред. от 24.11.2015 № 2389-р), а так же календарному плану сдачи нормативов.

1.2. Целью проведения тестирования ГТО является популяризация комплекса ГТО в детской и молодежной среде посредством создания условий для формирования детского актива в сфере физической культуры и массового спорта.

1.3. К задачам тестирования ГТО относятся:

поощрение обучающихся, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;

вовлечение обучающихся в социальную практику в сфере физической культуры и массового спорта, развитие интереса детей и подростков к комплексу ГТО, систематическим занятиям физической культурой и спортом;

формирование гражданской и патриотической позиции обучающихся;

отбор обучающихся, показавших лучший результат, в сборную района для участия во II этапе (региональном) ГТО.

## **1. Место и сроки проведения тестирования ГТО**

Проводится по месту обучения учащихся, время и дату смотрите в графике приложение №1.

## **3. Организаторы тестирования ГТО.**

Отдел образования и защиты прав несовершеннолетних администрации Рассказовского района, МБУ ДО «Спортивная школа Рассказовского района».

## **4. Требования к участникам и условия их допуска.**

4.1. К участию в тестировании ГТО допускаются обучающиеся 9 -17 лет (II - V ступень Комплекса ГТО) образовательных организаций района.

4.2. К участию допускаются участники основной медицинской группы при наличии уникального идентификационного номера в ЭБД ВФСК ГТО, допуска врача, заявки от организации, и, при необходимости, одного из родителей (законных представителей).

4.3. **Наличие уникального идентификационного номера обязательно!**

4.4. **Наличие личной карточки обязательно, смотреть в приложении 2**

## **5. Программа тестирования ГТО**

5.1. Программа тестирования ГТО включает в себя выполнение следующих видов:

<i>Юноши</i>		<i>Девушки</i>
1	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
2	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи (см)
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин)
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90см (кол-во раз)
5.	сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)

в соответствии с государственными требованиями, выполняемые участниками, относящимися ко II - V ступеням (9 -17 лет) комплекса ГТО.

Руководитель центра тестирования

МБУ ДО «Рассказовская районная спортивная школа»

Алекторов В.Д. тел. 89158680842

Эл. Почта [sport.shckola2015@yandex.ru](mailto:sport.shckola2015@yandex.ru)

Заявка  
на участие в тестировании ГТО

среди обучающихся образовательных организаций района

---

*наименование муниципального образования*

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ID- номер в АИС ГТО	Степень комплекса
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				

Руководитель делегации

---

(подпись, ФИО полностью)

**Заявку отправить по электронной почте**

Приложение №1

## График проведения контрольных тестов норм ГТО

<b>№</b>	<b>Дата проведения:</b>	<b>Школы:</b>	<b>Время проведения:</b>
<b>1.</b>	29.09.2020г.	Верхнеспасская СОШ	10.00
<b>2.</b>	8.10.2020г.	Озёрский филиал	10.00
<b>3.</b>	13.10.2020г.	Нижнеспасский филиал	10.00
<b>4.</b>	29.09.2020г.	Хитровский филиал	13.00
<b>5.</b>	30.09.2020г.	Платоновская СОШ	10.00
<b>6.</b>	6.10.2020г.	Новгородовский филиал	13.00
<b>7.</b>	1.10.2020г.	Дмитриевщинский филиал	13.00
<b>8.</b>	1.10.2020г.	Саюкинский филиал	10.00
<b>9.</b>	6.10.2020г.	Никольский филиал	10.00
<b>10.</b>	15.10.2020г.	Рассказовский филиал	10.00
<b>11.</b>	20.10.2020г.	Рождественский филиал	10.00

Личная карточка выполнения тестов норм ГТО

\_\_\_\_( \_\_\_\_\_ лет) ступени

\_\_\_\_\_ ПОЛ

Адрес проведения тестирования \_\_\_\_\_ СОШ.

Дата выполнения: « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г.

Ф.И.О. участника	Дата рождения	УИН участника	Виды испытаний (тестов)						
			Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу(кол-во раз)	Подтягивание из виса на высокой перекладине(кол-во раз) юноши	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см.(кол-во раз) девушки	Наклоны вперёд из положения стоя на гимнастической скамье(от уровня скамьи-см.)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см.)	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз в 1 мин)	

Учитель физвоспитания: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Личная карточка выполнения тестов норм ГТО

\_\_\_\_( \_\_\_\_\_ лет) ступени

\_\_\_\_\_ пол

Адрес проведения тестирования \_\_\_\_\_ СОШ.

Дата выполнения: « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г.

Ф.И.О. участника	Дата рождения	УИН участника	Виды испытаний (тестов)						
			Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу(кол-во раз)	Подтягивание из виса на высокой перекладине(кол-во раз) юноши	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см.(кол-во раз) девушки	Наклоны вперёд из положения стоя на гимнастической скамье(от уровня скамьи-см.)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами(см.)	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз в 1 мин)	

Учитель физвоспитания: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)