



Утверждаю:
Директор МОУ СШ № 6
А.Ю. Гаврилова

**План мероприятий по внедрению Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)
и спортивно-массовой работы в
МОУ СШ №6
2023-2024 учебном году**

ГТО: актуальность, планирование и рекомендации

В 2014 г. Правительство РФ разработало и приняло ряд документов, направленных на воссоздание комплекса ГТО: Постановление Правительства РФ № 540, Положение о ГТО, Указ Президента о ГТО. В этих документах определены цели, задачи, принципы, содержание, структура и методика внедрения комплекса ГТО.

Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Задача – массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

Принципы – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

Содержание комплекса – нормативы ГТО и спортивных разрядов, система тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп.

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.

1. Мальчики и девочки от 6 до 8 лет.
2. То же от 9 до 10 лет.
3. То же от 11 до 12 лет.
4. Юноши и девушки от 13 до 15 лет.
5. То же от 16 до 17 лет.
6. Мужчины и женщины от 18 до 29 лет.
7. То же от 30 до 39 лет.
8. То же от 40 до 49 лет.
9. То же от 50 до 59 лет.
10. То же от 60 до 69 лет.
11. То же старше 70 лет.

Методика внедрения комплекса ГТО включает разработку нормативных документов, выполнение плана мероприятий, разработанных Правительством РФ, создание

тестирующих центров, организацию тестирования в соревновательных условиях, моральное и материальное стимулирование выполнивших нормативы ГТО (вручение знаков, учет наличия знака ГТО при поступлении в учебное заведение, назначение повышенной стипендии при наличии золотого знака).

Нормативы ГТО охватывают 40 видов тестов, но в каждой из 11 ступеней достаточным для получения определенного знака является выполнение 3-8 тестов с правом выбора варианта теста. Например, для получения золотого знака юношей 16-17 лет ему необходимо выполнить шесть обязательных тестов, из которых половина имеет 2-4 варианта, и два из пяти тестов по выбору, часть из которых имеет 2-4 варианта. Для получения серебряного знака в этой категории достаточно выполнить 7 тестов, а бронзового – 6 тестов. Но выбранные тесты для награждения соответствующим знаком должны давать возможность оценить силу, гибкость, быстроту и выносливость тестируемого.

Рекомендации к двигательному режиму устанавливают научно обоснованный минимальный недельный промежуток времени, необходимый для выполнения каждого вида занятий физкультурой. Такой подход к тестированию обеспечивает максимальный учет индивидуальных особенностей тестируемого, климатических и этнических особенностей местности его проживания.

Актуальность. Тщательная и детальная разработка нормативов ГТО, выполненная Правительством РФ 2014 г. в соответствии с медицинскими нормами двигательного режима для каждого возраста, позволит возобновить массовое физкультурное движение в стране, улучшить физическую подготовку и увеличить продолжительность жизни населения.

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный	Отметка о выполнении
1	Заседание ответственных за спортивный раздел учреждения: рассмотрение главных вопросов, мероприятий, планов.	октябрь	Зам. директора по ВР	<i>выполнено</i> <i>СР</i>
2	Разработка и включение заданий для подготовки ГТО	сентябрь	Учителя ФК	
3	Оформление в школе информационного стенда «Сдаем нормы ГТО»	октябрь	Зам. директора по ВР	<i>выполнено</i> <i>СР</i>
4	Разработка цикл занятий по подготовке к сдаче нормативов ГТО учащихся на основании методических рекомендации	октябрь	Учителя ФК	


5	Проведение родительских собраний и заседаний пед.коллектива с целью ознакомления с процессом тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	октябрь - декабрь	Зам. директора по ВР	<i>выполнено</i> 
6	Организация и проведение занятий на уроках ФК, внеклассных мероприятий, кружков, дополнительных занятий.	октябрь - май	Зам. директора по ВР учителя ФК, классные руководители	
7	Сдача нормативов ГТО	Декабрь	Учителя ФК	

График проведения «Дней здоровья»

№	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1	Подвижные игры (1-4) классы	Сентябрь	Классные руководители, учителя физической культуры
2	Соревнования по лёгкой атлетике	Сентябрь	Классные руководители, учителя физической культуры
3	Соревнования «Зимние забавы»	Январь	Классные руководители, учителя физической культуры
4	«Масленица» – русские народные игры	Март	Классные руководители, учителя физической культуры
5	Соревнования по многоборью ГТО	в течение года	Классные руководители, учителя физической культуры

График проведения спортивных мероприятий

№ п/п	Название соревнований	Время	Ответственные
1	Мини-футбол	Сентябрь	Учителя ФК
2	Районные соревнования по мини-футболу	Октября	Учителя ФК
3	Баскетбол	Ноябрь	Учителя ФК
4	Районные соревнования «Локобаскет»	Декабрь	Учителя ФК
5	Волейбол	Февраль	Учителя ФК
6	Районные соревнования по волейболу	Март	Учителя ФК
7	Районные соревнования «Президентские игры и состязания»	Март-апрель	Учителя ФК