

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПОДЮЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ В.А. АБРАМОВА»**

ПРИКАЗ

От 23 сентября 2020 года

№ 230/од

Об утверждении Положения

В связи с планом работы муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Подюжская средняя школа имени В.А. Абрамова» на 2020 – 2021 учебный год

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Положение об организации тестирования требований ВФСК «Готов к труду и обороне» в МБОУ «Подюжская СШ им. В.А. Абрамова» (Приложение №1).

И.о. директора МБОУ
«Подюжская СШ имени В.А. Абрамова»

Т.В. Вострякова

ПОЛОЖЕНИЕ
об организации тестирования требований
ВФСК «Готов к труду и обороне»
В МБОУ «Подюжская СШ им. В.А. Абрамова»

Цели и задачи

Целями и задачами сдачи тестов норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) являются:

- а) увеличение числа обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- б) повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
- в) формирование у подрастающего поколения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;

Руководство организацией и проведением

Общее руководство организацией и проведением сдачи тестов норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) осуществляют учителя физической культуры МБОУ «Подюжская СШ им.В.А.Абрамова». Гл. судья – Некрасов С.А., гл.секретарь – Е.В.Зайкова.

Сроки и место проведения

Сдача тестов норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) пройдет **04 октября 2020г.** в здании МБОУ «Подюжская СШ им.В.А.Абрамова» на его территории. Начало **в 10.00 час.**

Участники и условия проведения

К выполнению тестирования допускаются обучающиеся с 1-го по 11-го классы МБОУ «Подюжская СШ им.В.А.Абрамова», не имеющие медицинских противопоказаний. При сдаче нормативов у участников должно быть обязательно наличие спортивной формы и обуви, а также регистрации в сети Интернет на электронном ресурсе «Сайт ВФСК «Готов к труду и обороне» с присвоением id- номера.

Прием нормативов будет осуществляться по I, II, III, IV и V ступени ВФСК «Готов к труду и обороне».

Структура и содержание

Виды испытаний определяются на основании I, II, III, IV и V ступени, определенных приказом Минспорта РФ № 575 от 08 июля 2014 года.

Обязательные испытания:

- бег на короткую дистанцию
- бег на длинную дистанцию
- подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (сгибание-разгибание рук в упоре лежа)
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье

Испытания на выбор:

- прыжок в длину с разбега (прыжок в длину с места толком двумя ногами)
- поднимание туловища из положения лежа на спине

- метание спортивного снаряда
- стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия)

Допуск участников, обеспечение безопасности.

Допуск участников к тестированию осуществляется после обязательной регистрации на сайте ВФСК ГТО, непосредственно перед тестированием, именной заявкой с отметкой врача о допуске к занятиям физической культурой или личной подписью каждого участника. Участнику необходимо представить согласие законных представителей в соответствии с утвержденной формой.

Дополнительная информация.

С информацией о нормативах, а также методических рекомендациях выполнения нормативов ВФСК ГТО можно ознакомиться и зарегистрироваться на сайте **www.gto.ru**.