

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**

**Кафедра теории и методики физической культуры,  
технологии и ОБЖ**

**Отдел мониторинга, анализа и статистики**

**Аналитическая справка  
по результатам регионального электронного мониторинга  
«Эффективность внедрения Комплекса ГТО  
в образовательных организациях Саратовской области»**

**Саратов, июнь 2015**

## Содержание

Введение .....	3
Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Российской Федерации .....	4
Организация и проведение тестирования населения.....	5
Особенности получения знаков отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).....	6
Внедрение Комплекса ГТО в Саратовской области .....	7
Мониторинг «Эффективность внедрения Комплекса ГТО в образовательных организациях Саратовской области».....	10
Выводы .....	26
Приложение.....	27

## Введение

В соответствии с Указом Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» в Российской Федерации с 1 сентября 2014 года реализуется Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» (далее Комплекс ГТО) – программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Постановлением Правительства РФ от 11 июня 2014 года № 540 утверждено Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне».

Комплекс ГТО предусматривает подготовку и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп от 6 до 70 лет и старше. В качестве испытаний определены бег, прыжки, подтягивание, плавание и другие дисциплины, направленные на развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости и координации.

Цель Комплекса ГТО: повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачи Комплекса ГТО:

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;
- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

## **Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Российской Федерации**

В Положении о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» утверждена структура комплекса, которая предусматривает деление населения на одиннадцать ступеней в зависимости от возраста.

Приказом Министерства спорта РФ от 11 июня 2014 года № 471 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» утверждены виды испытаний и нормативы для различных возрастных ступеней. К школьному возрасту относятся первые пять ступеней. Требования к уровню физической подготовленности обучающихся отражены в Приложении.

В нормативно-тестирующей части Комплекса ГТО определены требования к уровню физической подготовленности населения на основании выполнения нормативов и оценки уровня знаний и умений. Комплекс состоит из следующих основных разделов:

- виды испытаний (тесты) и нормативы;
- требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
- рекомендации к недельному двигательному режиму.

Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору и позволяют определить уровень развития физических качеств и прикладных умений и навыков. Нормативы – количественные значения показателей выполнения испытаний (тестов), оценивающие разносторонность развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половозрастными особенностями развития человека.

Предусматривается проверка знаний и умений в области физической культуры и спорта по следующим вопросам:

- влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;
- гигиена занятий физической культурой;
- основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;
- основы методики самостоятельных занятий;
- основы истории развития физической культуры и спорта;
- овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

Рекомендации к недельному двигательному режиму предусматривают минимальный объем различных видов двигательной деятельности для каждой ступени, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья.

Положение предусматривает награждение граждан, выполнивших нормативы, овладевших знаниями и умениями, знаками отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (бронзовым, серебряным, золотым знаком отличия).

Распоряжением Правительства РФ от 30 июня 2014 года № 1165-р утвержден «План мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса „Готов к труду и обороне“».

Первый этап – организационно-экспериментальный (май 2014 года – декабрь 2015 года). Внедрение Комплекса ГТО среди учащихся образовательных организаций в 12 субъектах Российской Федерации.

В рамках этого этапа предусматривается апробация Комплекса ГТО. Планируется проведение зимних и летних фестивалей Комплекса ГТО среди учащихся, реализация организационных мероприятий, включающая создание электронной базы данных и интернет-портала; создание и материально-техническое оснащение центров тестирования во всех субъектах Федерации, создание системы обучения кадров, а также информационно-пропагандистское, научное и методическое обеспечение.

Второй этап (2016 год) – внедрение Комплекса ГТО среди учащихся всех образовательных организаций страны, а также других категорий населения в 12 субъектах Российской Федерации.

Третий этап (2017 год) – повсеместное внедрение Комплекса ГТО среди всех категорий населения России.

## **Организация и проведение тестирования населения**

Приказом Министерства спорта РФ от 29 августа 2014 года № 739 утвержден порядок организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Организация и проведение тестирования населения в рамках Комплекса ГТО осуществляется центрами тестирования. Центр тестирования:

- принимает заявки;
- формирует единый список участников;
- составляет график проведения тестирования;
- допускает участников к прохождению тестирования при наличии следующих документов: паспорта или свидетельства о рождении, медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом;
- регистрирует участника, присваивая ему номер, выдает учетную карточку для учета выполнения государственных требований.
- проводит тестирование.

Учетная карточка является постоянной, в случае ее утери выдается дубликат. Ведение учетной карточки осуществляется центром тестирования в бумажном и электронном виде.

Для получения допуска к очередному тестированию участник представляет в центр тестирования учетную карточку и медицинское заключение.

К выполнению нормативов допускаются лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации.

Тестирование проводится по видам испытаний (тестов), позволяющих определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков с целью выполнения нормативов в соответствии с половозрастными особенностями развития человека, и включает в себя оценку уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта в соответствии с государственными требованиями.

Тестирование, позволяющее определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков, осуществляется в следующей последовательности по видам испытаний (тестов) для оценки:

- гибкости;
- координационных способностей;
- силы;
- скоростных способностей;
- скоростно-силовых способностей;
- прикладных навыков;
- выносливости.

Спортивный судья осуществляет наблюдение за последовательностью выполнения тестирования участниками и за соблюдением государственных требований. После тестирования по каждому виду испытаний (тестов) спортивный судья сообщает участникам их результаты, заполняет протокол и учетную карточку участника. Протокол выполнения государственных требований является основанием для представления участника к награждению соответствующим знаком отличия Комплекса ГТО.

### **Особенности получения знаков отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

Приказом Министерства спорта России от 18.02.2015 № 144 «Об утверждении Порядка награждения граждан Российской Федерации знаками отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и присвоения им спортивных разрядов» утверждены правила представления к награждению знаками отличия Комплекса ГТО граждан РФ, выполнивших установленные нормативы по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия, и овладевших знаниями и умениями определенной ступени ГТО, вручения знаков отличия, удостоверений к ним и присвоения спортивных разрядов.

Награждение знаками отличия осуществляется по результатам оценки уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта и выполнения

нормативов соответствующей ступени Комплекса ГТО в рамках календарного года либо в рамках учебного года для обучающихся в образовательных организациях.

Основанием для представления к награждению соответствующим знаком отличия является протокол выполнения государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ГТО.

Решение о представлении к награждению знаком отличия Комплекса ГТО принимается центром тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта после оценки уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта и оценки выполнения нормативов всех необходимых видов испытаний (тестов) Комплекса ГТО (обязательные и на выбор).

Решение о награждении золотым знаком отличия оформляется приказом Министерства спорта России. Решение о награждении бронзовым и серебряным знаками отличия оформляется распорядительным актом органа исполнительной власти субъекта РФ в области физической культуры и спорта.

## **Внедрение Комплекса ГТО в Саратовской области**

Внедрение Комплекса ГТО в Саратовской области предусматривает несколько основных этапов.

Первый этап – с 1 сентября 2014 года по 1 января 2015 года – апробация Комплекса ГТО в 11 муниципальных районах области (Александрово-Гайский, Балаковский, Балашовский, Базарно-Карабулакский, Вольский, Ивантеевский, Озинский, Ровенский, Энгельсский, Пугачевский, Хвалынский) и в Саратове (см. табл. 1). Пилотные районы имеют хорошие показатели в сфере физической культуры и спорта, достаточную материально-техническую базу и высокий уровень кадрового потенциала для внедрения Комплекса ГТО.

Второй этап – с 1 января 2015 по 1 сентября 2017 года – внедрение Комплекса ГТО во всех образовательных учреждениях и трудовых коллективах.

Третий этап – с 1 сентября 2017 года – внедрение Комплекса ГТО для всех категорий жителей Саратовской области.

*Таблица 1*

### **Участники первого этапа внедрения Комплекса ГТО в Саратовской области**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование муниципалитета</b>	<b>Доля общеобразовательных организаций, участвующих в апробации Комплекса ГТО</b>
1.	Александрово-Гайский	100 %
2.	Балаковский	6,38 %
3.	Балашовский	7,32 %
4.	Базарно-Карабулакский	100 %
5.	Вольский	58,06 %
6.	Ивантеевский	100 %
7.	Озинский	100 %

№ п/п	Наименование муниципалитета	Доля общеобразовательных организаций, участвующих в апробации Комплекса ГТО
8.	Ровенский	100 %
9.	Энгельский	100 %
10.	Пугачевский	29,03 %
11.	Хвалынский	100 %
12.	Саратов	98,15 %

Разработан региональный план мероприятий («дорожная карта») «Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях Саратовской области» (Приказ министерства образования Саратовской области № 2939 от 24 ноября 2014 года).

На основе дорожной карты в муниципальных районах области разработаны планы мероприятий «Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

С информацией о реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в муниципальных районах области можно ознакомиться на сайтах управления образования администраций:

– Базарно-Карабулакского ([http://www.uprobrbkmr.ru/index/kompleks\\_gto/0-137](http://www.uprobrbkmr.ru/index/kompleks_gto/0-137));

– Ивантеевского

([http://uoivanteevka.ucoz.ru/news/proshjol\\_osennij\\_festival\\_gto/2014-10-19-264](http://uoivanteevka.ucoz.ru/news/proshjol_osennij_festival_gto/2014-10-19-264));

– Хвалынского (<http://hval-obr.edusite.ru/p47aa1.html>);

– Советского

([http://uprobr.ucoz.ru/news/meroprijatija\\_po\\_populjarizacii\\_kompleksa\\_gto/2015-03-23-4483](http://uprobr.ucoz.ru/news/meroprijatija_po_populjarizacii_kompleksa_gto/2015-03-23-4483)) районов.

Приказом Министерства молодежной политики, спорта и туризма Саратовской области № 25 от 2015 года «О создании центра тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта населения области Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса „Готов к труду и обороне“ в Саратовской области» утверждено создание на базе государственного бюджетного учреждения «Саратовский областной физкультурно-спортивный центр „Урожай“» центра тестирования и порядок организации и проведения тестирования населения Саратовской области в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Список центров тестирования ВСФК ГТО в муниципальных районах Саратовской области представлен в таблице 2.



**Список центров тестирования ВФСК ГТО в муниципальных районах  
Саратовской области по состоянию на 01.06.2015**

№ п/п	Муниципальный район	Адрес
1.	Александрово- Гайский	<ul style="list-style-type: none"> <li>- МБУ ФОК «Заволжский», с. Новоалександровка, ул. Прудовая, д. 11 а</li> <li>- МБОУ ДО ДЮСШ, с. Александров-Гай, проезд связистов, д. 6</li> <li>- МБОУ ДО ЦДТ, с. Александров-Гай, пл. 35 лет победы</li> </ul>
2.	Пугачевский	ДЮСШ г. Пугачева, ул. Топорковская, д. 17, каб. № 24
3.	Питерский	ДЮСШ с. Питерка, с. Мионовка, с. Агафоновка, с. Алексашкино, с. М.Узень, п. Нива, п. Запрудный, п. Новореченский, п. Трудовик, п. Нариманово, с. Козловка, с. Новотулка
4.	Ровенский	МАУ «ФОК «Старт», р.п. Ровное, ул. Свердлова, д. 1В
5.	Саратовский	<ul style="list-style-type: none"> <li>- МОУ «СОШ с. Михайловка», ул. Центральная, д. 9</li> <li>- МОУ СОШ р.п. Соколовый, ул. Чкалова, д. 5</li> <li>- МОУ СОШ с. Багаевка, ул. Юбилейная</li> </ul>
6.	Хвалынский	МУ «Хвалынский ФОК» – г. Хвалынский, ул. Революционная, д. 258 «А»
7.	Энгельсский	Центр тестирования ГТО г. Энгельса, ул. Нестерова, д. 122 А, городской стадион

## **Мониторинг «Эффективность внедрения Комплекса ГТО в образовательных организациях Саратовской области»**

В соответствии с приказом министерства образования Саратовской области от 24.11.2014 № 2939 «Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта») по поэтапному внедрению в образовательных организациях Саратовской области Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса „Готов к труду и обороне“» региональным координатором мониторингового проекта является государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования «Саратовский областной институт развития образования».

Материалы информационного сопровождения внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях Саратовской области размещены на сайте <http://soiro.ru/content/vserossiyskiy-fizkulturno-sportivnyu-kompleks-gotov-k-trudu-i-oborone-gto>. Страница содержит следующие информационные блоки:

- ГТО в Саратовской области;
- Пилотные учреждения;
- Лонгмоб;
- Спортивные достижения.

В соответствии с региональным планом во втором квартале 2015 года на портале <http://koerso.soiro.ru> (КОЭРСО) проведен региональный электронный мониторинг «Эффективность внедрения Комплекса ГТО в образовательных организациях Саратовской области» (информационное письмо ГАУ ДПО «СОИРО» от 27 апреля 2015 года № 466).

Показателями исследования активности обучающихся и педагогов в соревнованиях по ГТО выступают:

- «Доля обучающихся образовательных организаций, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности учащихся»;
- «Доля педагогов образовательных организаций, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности учителей».

Показателями уровня физической подготовленности обучающихся и педагогов выступают:

- «Доля обучающихся, выполнивших нормы ГТО на знак отличия от общего количества обучающихся»;
- «Доля обучающихся, выполнивших нормативы ГТО, от числа участвующих»;
- «Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый знак отличия, от общей численности учителей»;
- «Доля педагогов, выполнивших нормативы ГТО, от числа участвующих».

Показатели позволяют оценить эффективность ключевого направления дорожной карты «Проведение испытаний Комплекса ГТО среди обучающихся в образовательных организациях муниципальных районов (городских округах) области» и уровень системности при реализации всего комплекса мер.

Среднее значение доли обучающихся образовательных организаций пилотных районов, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности учащихся составляет 59,3 %, что на 12 % выше среднего значения доли обучающихся образовательных организаций непилотных районов (47,3 %). Результаты исследований подтверждают эффективность организации физического воспитания в общеобразовательных организациях пилотных районов.

Среди пилотных районов высокие показатели в Александрово-Гайском (88 %), Хвалынском (84 %), Озинском (80 %), Ровенском (78 %), Ивантеевском (68 %), Пугачевском (64 %) и Базарно-Карабулакском (63 %) муниципальных районах (диаграмма 1).

Среди непилотных районов высокие показатели в Аркадакском (79 %), Екатериновском (79 %), Краснокутском (91 %), Саратовском (87 %) муниципальных районах, ЗАТО г. «Шиханы» (92 %), ЗАТО п. «Михайловский» (100 %), ЗАТО п. «Светлый» (94 %) (диаграмма 2), что показывает необходимость обобщения и распространения опыта данных районов.

Среднее значение доли педагогических работников, участвующих в соревнованиях по ГТО, составляет 2,5 % от общей численности. Интервал значений данного показателя – от 0 до 11,7 %. Среди пилотных районов высокие показатели в Энегельском муниципальном районе и г. Саратов. Среди непилотных районов – в Саратовском муниципальном районе (таблица 7).

Среднее значение доли обучающихся пилотных районов, выполнивших нормы ГТО на знаки отличия, составляет 30,6 % от общего количества обучающихся. Высокие показатели в Хвалынском (84 %), Базарно-Карабулакском (63 %) и Озинском муниципальных районах (93 %).

Средние значения доли обучающихся пилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый (11,6 %), серебряный (11,7 %), золотой (7,2 %) знаки, от общего количества обучающихся показывают преобладание уровня физической подготовки в соответствии с требованиями бронзового и серебряного знаков (таблица 3).

Средние значения доли обучающихся пилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый (19 %), серебряный (22,3 %), золотой (13,8 %) знаки, от числа участвующих в соревнованиях по ГТО показывают преобладание уровня физической подготовки в соответствии с требованиями серебряного знака. Данный показатель выступает как интегративный по всем соревнованиям в рамках выполнения нормативов комплекса ГТО различного уровня: школьного, муниципального, регионального (таблица 4).

Среднее значение доли обучающихся непилотных районов, выполнивших нормы ГТО на знаки отличия, составляет 23 % от общего количества обучающихся, что на 7,6 % ниже среднего значения доли обучающихся пилотных районов. Высокие показатели в Саратовском (54 %), Екатериновском (54 %), Новобураском (45 %) районах и ЗАТО п. «Михайловский» (43 %).

Средние значения доли обучающихся непилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый (9 %), серебряный (8,2 %), золотой (5,8 %) знаки, от общего количества обучающихся показывают также преобладание уровня физической подготовки в соответствии с требованиями бронзового и серебряного знаков, но ниже средних значений доли обучающихся пилотных районов (таблица 5).

Средние значения доли обучающихся непилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый (19,9 %), серебряный (17,7 %), золотой (12,5 %) знаки, от числа участвующих в соревнованиях по ГТО показывают преобладание уровня физической подготовки в соответствии с требованиями бронзового знака и ниже средних значений доли обучающихся пилотных районов. Данный показатель выступает как интегративный по всем соревнованиям в рамках выполнения нормативов комплекса ГТО различного уровня: школьного, муниципального, регионального (таблица 6).

Средние значения доли педагогов пилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый (31,3 %), серебряный (17,6 %), золотой (16,11 %) знаки, от числа участвующих в соревнованиях по ГТО показывают преобладание уровня физической подготовки в соответствии с требованиями бронзового знака. Данный показатель выступает как интегративный по всем соревнованиям в рамках выполнения нормативов комплекса ГТО различного уровня: школьного, муниципального, регионального (таблица 8).

Средние значения доли педагогов непилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый (21,6 %), серебряный (13 %), золотой (8,8 %) знаки от числа участвующих в соревнованиях по ГТО показывают преобладание уровня физической подготовки в соответствии с требованиями бронзового знака. Данный показатель выступает как интегративный по всем соревнованиям в рамках выполнения нормативов комплекса ГТО различного уровня: школьного, муниципального, регионального (таблица 9).

Сравнение значений доли педагогов пилотных и непилотных районов, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый, серебряный, золотой знаки, от числа участвующих в соревнованиях по ГТО позволяет сделать вывод о более высоком уровне физической подготовленности педагогов пилотных районов в соответствии с нормативными показателями комплекса ГТО.

Диаграмма 1

Доля обучающихся образовательных организаций, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности учащихся (пилотные районы)

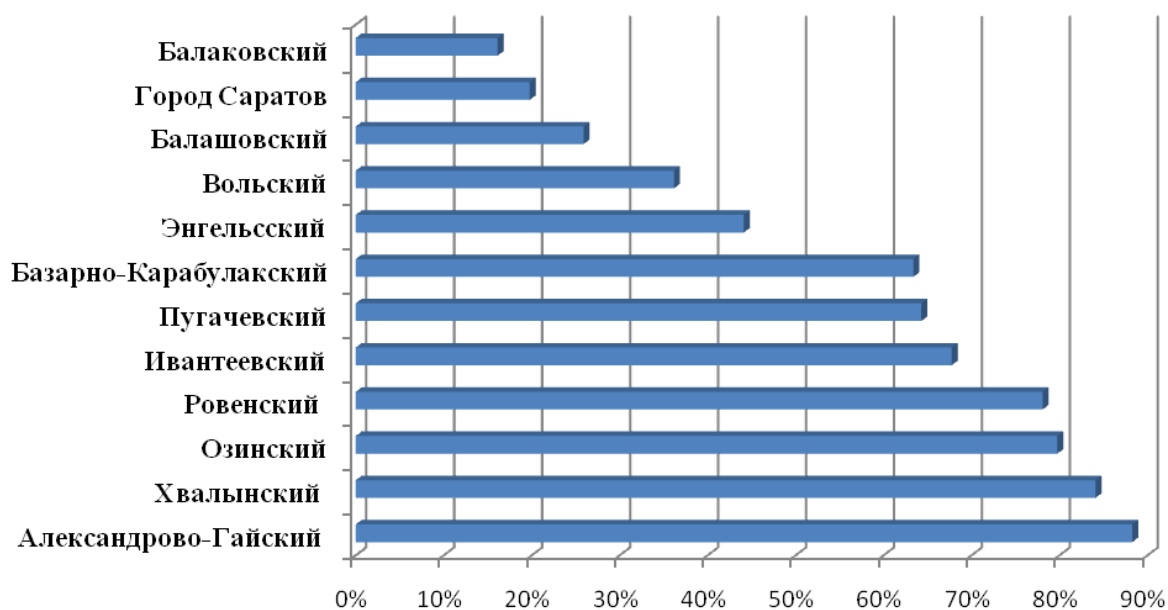
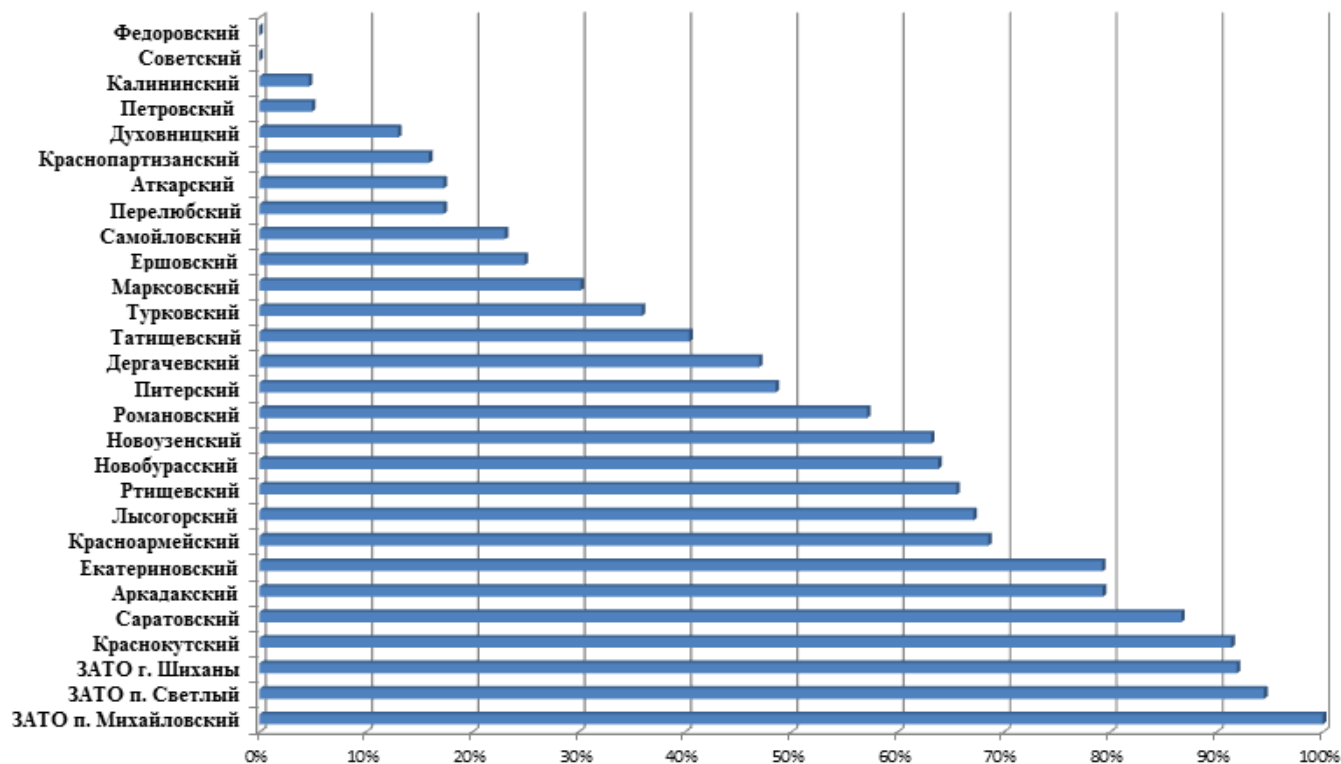


Диаграмма 2

Доля обучающихся образовательных организаций, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности учащихся (не пилотные районы)



План мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» включает в себя проведение зимних и летних фестивалей Комплекса ГТО.

С 5 по 6 марта 2015 года на базе Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Пугачева Саратовской области им. Т.Г. Мазура» состоялся областной зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди учащихся общеобразовательных организаций муниципальных районов области.

Зимний фестиваль проводился по четырем дисциплинам: лыжная гонка, стрельба из пневматической винтовки, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине. Соревнования лично-командные проводились по III, IV, V ступеням ГТО. В финале областного зимнего фестиваля ГТО приняло участие 128 сельских спортсменов из 16 муниципальных районов области.

В общекомандном зачете победителями стали:

- I место – Пугачевский район;
- II место – Петровский район;
- III место – Перелюбский район.

12 мая 2015 года в Саратове на стадионе «Локомотив» состоялся областной летний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), посвященный 70-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов. Областной летний фестиваль проводился по семи дисциплинам: прыжки в длину с места толчком двумя ногами, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине, бег 60 м, бег 100 м, бег 1,5 км, бег 2 км. Соревнования лично-командные проводились по III, IV, V ступеням ГТО. В финале областного летнего фестиваля ГТО приняло участие 223 спортсмена из 31 муниципального района области.

В общекомандном зачете победителями стали:

- I место – Пугачевский район;
- II место – Саратовский район;
- III место – Вольский район.

Информация о фестивалях размещена на сайте Государственного бюджетного учреждения «Саратовский областной физкультурно-спортивный центр “Урожай”» (<http://agrosport.ru/index.php?page=art&id=572> и <http://agrosport.ru/index.php?page=art&id=614>).

Значения мониторинговых показателей, характеризующих выполнение нормативов комплекса ГТО обучающимися на знаки отличия, представлены в таблицах 3, 4, 5, 6.

**Доля обучающихся, выполнивших нормы ГТО  
на знак отличия, от общей численности обучающихся  
(пилотные районы)**

№ п/п	Район	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>бронзовый знак отличия</u> , от общей численности учащихся	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>серебряный знак отличия</u> , от общей численности учащихся	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>золотой знак отличия</u> , от общей численности учащихся
1	Александрово-Гайский	12 %	12 %	3 %
2	Базарно-Карабулакский	18 %	25 %	20 %
3	Балаковский	10 %	7 %	4 %
4	Балашовский	5 %	6 %	4 %
5	Вольский	4 %	8 %	2 %
6	Ивантеевский	9 %	10 %	5 %
7	Озинский	16 %	14 %	8 %
8	Пугачевский	12 %	9 %	6 %
9	Ровенский	8 %	14 %	6 %
10	Хвалынский	36 %	26 %	22 %
11	Энгельсский	5 %	6 %	5 %
12	г. Саратов	5 %	4 %	2 %

**Доля обучающихся, выполнивших нормативы ГТО,  
от числа участвующих  
(пилотные районы)**

№ п/п	Район	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>бронзовый знак отличия</u> , от числа участвующих	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>серебряный знак отличия</u> , от числа участвующих	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>золотой знак отличия</u> , от числа участвующих
1	Александрово-Гайский	13 %	13 %	4 %
2	<b>Базарно-Карабулакский*</b>	<b>29 %</b>	<b>40 %</b>	<b>32 %</b>
3	<b>Балаковский*</b>	<b>64 %</b>	<b>41 %</b>	<b>24 %</b>
4	Балашовский	21 %	22 %	17 %
5	Вольский	12 %	22 %	6 %
6	Ивантеевский	14 %	15 %	7 %
7	Озинский	20 %	17 %	10 %
8	Пугачевский	18 %	14 %	10 %
9	Ровенский	10 %	18 %	8 %
10	<b>Хвалынский*</b>	<b>43 %</b>	<b>31 %</b>	<b>27 %</b>
11	Энгельсский	12 %	15 %	11 %
12	г. Саратов	25 %	20 %	10 %

\* Численность обучающихся, участвующих в ГТО, превышает общую численность обучающихся муниципалитета.



**Доля обучающихся, выполнивших нормы ГТО  
на знак отличия, от общей численности обучающихся  
(непилотные районы)**

№ п/п	Район	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>бронзовый знак отличия</u> , от общей численности учащихся	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>серебряный знак отличия</u> , от общей численности учащихся	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>золотой знак отличия</u> , от общей численности учащихся
1	Аркадакский	18 %	14 %	7 %
2	Аткарский	4 %	3 %	2 %
3	Дергачевский	2 %	3 %	2 %
4	Духовницкий	3 %	3 %	1 %
5	Екатериновский	26 %	17 %	11 %
6	Ершовский	2 %	7 %	5 %
7	ЗАТО Шиханы	5 %	18 %	12 %
8	ЗАТО Михайловский	11 %	13 %	19 %
9	ЗАТО Светлый	10 %	7 %	1 %
10	Красноармейский	12 %	10 %	8 %
11	Краснокутский	9 %	11 %	7 %
12	Краснопартизанский	5 %	2 %	2 %
13	Лысогорский	7 %	4 %	2 %
14	Марксовский	4 %	4 %	5 %
15	Новобурасский	17 %	15 %	13 %
16	Новоузенский	12 %	12 %	5 %
17	Перелюбский	15 %	12 %	9 %
18	Петровский	1 %	1 %	1 %
19	Питерский	13 %	11 %	10 %
20	Романовский	13 %	10 %	6 %
21	Ртищевский	16 %	15 %	10 %
22	Самойловский	4 %	3 %	2 %
23	Саратовский	26 %	21 %	7 %
24	Татищевский	10 %	9 %	3 %
25	Турковский	7 %	5 %	13 %

**Доля обучающихся, выполнивших нормативы ГТО,  
от числа участвующих  
(непилотные районы)**

№ п/п	Район	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>бронзовый знак отличия</u> , от числа участвующих	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>серебряный знак отличия</u> , от числа участвующих	Доля обучающихся образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на <u>золотой знак отличия</u> , от числа участвующих
1	Аркадакский	23 %	18 %	9 %
2	Аткарский	23 %	19 %	13 %
3	Дергачевский	5 %	6 %	3 %
4	Духовницкий	23 %	25 %	10 %
5	Екатериновский	33 %	22 %	14 %
6	Ершовский	9 %	28 %	19 %
7	ЗАТО Шиханы	6 %	19 %	13 %
8	ЗАТО Михайловский	11 %	13 %	19 %
9	ЗАТО Светлый	10 %	8 %	1 %
10	Красноармейский	18 %	15 %	11 %
11	Краснокутский	10 %	12 %	8 %
12	Краснопартизанский	33 %	13 %	10 %
13	Лысогорский	11 %	6 %	3 %
14	Марксовский	13 %	12 %	17 %
15	Новобураский	27 %	24 %	20 %
16	Новоузенский	20 %	20 %	8 %
17	<b>Перелобский*</b>	<b>86 %</b>	<b>70 %</b>	<b>50 %</b>
18	Петровский	28 %	29 %	14 %
19	Питерский	28 %	22 %	21 %
20	Романовский	22 %	18 %	11 %
21	Ртищевский	24 %	23 %	15 %
22	Самойловский	17 %	13 %	9 %
23	Саратовский	31 %	24 %	8 %
24	Татищевский	24 %	22 %	7 %
25	Турковский	20 %	13 %	35 %

\* Численность обучающихся, участвующих в ГТО, превышает общую численность обучающихся муниципалитета.

Результаты мониторингового исследования подтверждают:

– системность комплекса мер «дорожной карты» по поэтапному внедрению в образовательных организациях Саратовской области Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

– эффективность ключевого направления дорожной карты «Проведение испытаний Комплекса ГТО среди обучающихся в образовательных организациях муниципальных районов (городских округа) области».

Анализ результатов позволил выявить проблемы, требующие разрешения на последующих этапах внедрения Комплекса ГТО в образовательных организациях Саратовской области:

– недостаточный уровень межведомственного взаимодействия по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

– отсутствие во многих районах муниципальных и локальных нормативных актов, повышающих уровень ответственности участников процесса внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

– низкий уровень компетентности участников внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», не соответствующий современным профессиональным требованиям;

– использование устаревших форм и методов работы с детьми, подростками и молодежью, не соответствующих требованиям современного общества;

– недостаточный уровень конкурентоспособности команд Саратовской области для участия во всероссийских этапах соревнований по ГТО;

– отсутствие системности мероприятий по стимулированию участников образовательного процесса, выполнивших нормативы и требования золотого, серебряного и бронзового знаков отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

*Таблица 7*

**Доля педагогических работников, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование муниципалитета</b>	<b>Доля педагогических работников муниципалитета, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности педагогических работников области, участвующих в соревнованиях, %</b>
1	Александрово-Гайский	4,45
2	Аркадакский	5,68
3	Аткарский	0,91
4	Базарно-Карабулакский	3,75
5	Балаковский	4,21
6	Балашовский	2,21

№ п/п	Наименование муниципалитета	Доля педагогических работников муниципалитета, участвующих в соревнованиях по ГТО, от общей численности педагогических работников области, участвующих в соревнованиях, %
7	Балтайский	0,33
8	Вольский	1,28
9	Воскресенский	0,49
10	город Саратов	11,71
11	Дергачевский	2,33
12	Духовницкий	0,58
13	Екатериновский	1,77
14	Ершовский	1,19
15	ЗАТО Шиханы	1,35
16	ЗАТО Михайловский	0,49
17	ЗАТО Светлый	0,00
18	Ивантеевский	2,56
19	Калининский	0,00
20	Красноармейский	4,49
21	Краснокутский	5,38
22	Краснопартизанский	0,54
23	Лысогорский	0,95
24	Марксовский	0,49
25	Новобурасский	2,96
26	Новоузенский	3,58
27	Озинский	4,10
28	Перелюбский	1,05
29	Петровский	0,58
30	Питерский	1,05
31	Пугачевский	3,24
32	Ровенский	1,72
33	Романовский	1,09
34	Ртищевский	3,00
35	Самойловский	0,35
36	Саратовский	7,03
37	Советский	0,00
38	Татищевский	2,03
39	Турковский	0,58
40	Федоровский	0,00
41	Хвалынский	1,47
42	Энгельсский	9,05

Значения мониторинговых показателей, характеризующих выполнение нормативов комплекса ГТО педагогами Саратовской области на знаки отличия, представлены в таблицах 8, 9.

**Доля педагогов, выполнивших нормативы ГТО,  
от числа участвующих  
(пилотные районы)**

№ п/п	Район	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый знак отличия, от числа участвующих	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на серебряный знак отличия, от числа участвующих	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия, от числа участвующих
1	Александрово-Гайский	6,81	4,19	3,14
2	Базарно-Карабулакский	40,37	24,84	21,12
3	<b>Балаковский*</b>	<b>76,24</b>	<b>51,93</b>	<b>43,09</b>
4	Балашовский	22,11	12,63	15,79
5	Вольский	14,55	16,36	14,55
6	Ивантеевский	41,82	12,73	11,82
7	Озинский	20,45	13,64	9,66
8	Пугачевский	31,65	13,67	15,11
9	Ровенский	20,27	12,16	13,51
10	Хвалынский	47,62	17,46	14,29
11	Энгельсский	22,88	14,14	20,31
12	г. Саратов	31,41	17,50	10,93

\* Численность обучающихся, участвующих в ГТО, превышает общую численность обучающихся муниципалитета.

Таблица 9

**Доля педагогов, выполнивших нормативы ГТО, от числа участвующих  
(непилотные районы)**

№ п/п	Район	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый знак отличия, от числа участвующих	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на серебряный знак отличия, от числа участвующих	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия, от числа участвующих
1	Аркадакский	24,18	19,26	13,52
2	Аткарский	46,15	20,51	17,95
3	Балтайский	57,14	14,29	28,57
4	Воскресенский	14,29	4,76	0,00
5	Дергачевский	6,00	4,00	0,00
6	Духовницкий	36,00	20,00	12,00
7	Екатериновский	22,37	25,00	17,11
8	Ершовский	17,65	11,76	5,88
9	ЗАТО г. Шиханы	12,07	10,34	24,14
10	ЗАТО п. Михайловский	9,52	14,29	9,52
11	ЗАТО п. Светлый	0,00	0,00	0,00
12	Калининский	0,00	0,00	0,00
13	Красноармейский	22,28	13,99	8,29
14	Краснокутский	14,29	6,93	6,93
15	Краснопартизанский	4,35	8,70	0,00
16	Лысогорский	14,63	12,20	2,44
17	Марксовский	19,05	14,29	14,29
18	Новобурасский	40,16	17,32	9,45
19	Новоузенский	24,68	19,48	11,69
20	Перелюбский	31,11	13,33	11,11

№ п/п	Район	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на бронзовый знак отличия, от числа участвующих	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на серебряный знак отличия, от числа участвующих	Доля педагогов образовательных организаций, выполнивших нормативы комплекса ГТО на золотой знак отличия, от числа участвующих
21	Петровский	28,00	8,00	8,00
22	Питерский	22,22	11,11	4,44
23	Романовский	40,43	17,02	14,89
24	Ртищевский	24,03	14,73	12,40
25	Самойловский	13,33	0,00	6,67
26	Саратовский	33,11	21,19	9,27
27	Советский	0,00	0,00	0,00
28	Татищевский	29,89	9,20	2,30
29	Турковский	44,00	24,00	16,00
30	Федоровский	0,00	0,00	0,00

Данные мониторинга позволяют сделать вывод о том, что только 40-52 % педагогических работников, участвующих в ГТО, выполнили нормативы в соответствии с требованиями, предъявляемыми к каждой ступени.

В соответствии с региональным планом мероприятий «Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса „Готов к труду и обороне“ (ГТО) в образовательных организациях Саратовской области» кафедрой теории и методики физической культуры, технологии и ОБЖ проведены следующие мероприятия:

1. На базе ГАУ ДПО «СОИРО» проведен круглый стол по вопросам внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях. Педагогическими работниками обсуждались вопросы, связанные с созданием эффективной системы по внедрению Комплекса ГТО в общеобразовательных организациях Саратовской области:

– проведение тестовых испытаний на занятиях физической культурой в рамках урочной и внеурочной занятости обучающихся;

– организация школьных соревнований среди обучающихся, родителей, педагогов, предусматривающих выполнение испытаний (тестов) и нормативов;

– организация мониторинговых исследований уровня физической подготовленности обучающихся в соответствии с половозрастными нормами Комплекса ГТО;

– организация показательных выступлений лучших спортсменов Комплекса ГТО на школьных и муниципальных мероприятиях физкультурно-спортивной направленности;

– организация регионального лонгмоба «Комплекс ГТО – в жизнь!»;

– организация зимнего и летнего фестиваля Комплекса ГТО.

2. Организованы и проведены курсы для учителей физической культуры по ДПП «Организационно-методические вопросы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в образовательных организациях», обучено 208 педагогов.

3. В Институте физической культуры и спорта ФГБОУ ВПО «Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского» проведена региональная научно-практическая конференция «Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): опыт общеобразовательных организаций Саратовской области». В конференции приняли участие 180 педагогов из 36 районов области и г. Саратова, которые обсуждали вопросы распространения передового опыта по реализации комплекса мер, направленных на создание эффективной системы по внедрению Комплекса ГТО. В результате работы конференции спроектировано дальнейшее направление межведомственного взаимодействия между министерством образования области, министерством молодежной политики, спорта и туризма области, ГАУ ДПО «СОИРО» и руководителями органов местного самоуправления по эффективному внедрению ВФСК «ГТО» в образовательных организациях Саратовской области.

4. В соответствии с региональным планом мероприятий («дорожная карта») «Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях Саратовской области» (Приказ министерства образования Саратовской области № 2939 от 24 ноября 2014 года) и в целях повышения уровня культуры населения муниципальных образований в понимании значимости занятий двигательной активностью для укрепления и сохранения собственного здоровья проведен региональный лонгмоб «Комплекс ГТО – в жизнь!». В лонгмобе приняли участие 103 образовательных организации из 24 районов области и 5 районов Саратова. Активное участие в мероприятии приняли учреждения Ивантеевского (13 школ), Советского (10 школ), Балаковского (8 школ), Озинского (7 школ), Энгельсского (7 школ), Саратовского (6 школ), Балашовского (4 школы), Вольского (4 школы), Пугачевского (4 школы), Татищевского (4 школы) районов, а также Ленинского района Саратова (6 школ). Проведены различные мероприятия,



которые информировали население Саратовской области о необходимости внедрения Комплекса ГТО: спортивно-оздоровительные праздники, викторины, соревнования, единые дни ГТО. Во многих образовательных организациях оформлены информационные уголки: «Комплекс ГТО – в жизнь», «Сдаем нормы ГТО», выпущены спортивные журналы: «История ГТО», «От значка ГТО – к Олимпийской медали»; сделаны буклеты: «Всероссийский спортивно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне», «ГТО – путь к успеху», «Возрождение ГТО». Участниками спортивных праздников стали 598 педагогов, 19518 школьников и 435 родителей.

Информация о проведенных мероприятиях размещена на сайте [https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Ph-efCKbf9mPsA9PJYX8UXozhj2XzwoSp\\_n9nBc4YbI/edit#gid=0](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Ph-efCKbf9mPsA9PJYX8UXozhj2XzwoSp_n9nBc4YbI/edit#gid=0).

Информационное сопровождение внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на территории Саратовской области осуществляется ГАУ ДПО «СОИРО» (<http://soiro.ru/content/vserossiyskiy-fizkulturno-sportivnyy-kompleks-gotov-k-trudu-i-oborone-gto>). Страница содержит следующие информационные блоки:

- ГТО в Саратовской области;
- Пилотные учреждения;
- Лонгмоб;
- Спортивные достижения.

## Выводы

Несмотря на вопросы, которые возникают при внедрении Комплекса ГТО, хочется отметить, что Комплекс ГТО является одним из способов привлечения детей и молодежи к спорту и здоровому образу жизни. Комплекс ГТО позволяет:

- повысить уровень физической подготовленности обучающихся в соответствии с половозрастными нормами Комплекса ГТО;
- повысить уровень знаний о влиянии регулярных занятий физической культурой и спортом на укрепление здоровья обучающихся;
- освоить навыки самостоятельной организации занятиями физической культурой и спортом.

По данным мониторинга можно говорить о неоднозначном понимании внедрения Комплекса ГТО. Фактически медали пока отсутствуют, поэтому часть районов не ответила на вопрос о наличии значков ГТО (Калининский, Советский, Федоровский).

Большая часть районов, указывая данные, подразумевала выполнение соответствующих нормативов комплекса ГТО, поэтому показатели по районам по абсолютным величинам имеют большой разброс: от 3-12 % до 70-86 %.

Однако 20-35 % школьников и 40-52 % педагогических работников, участвующих в ГТО, могут выполнить нормативы в соответствии с требованиями, предъявляемыми к каждой ступени.

В связи с этим в систему показателей последующих мониторингов необходимо внести индикаторы по следующим направлениям:

- материально-техническое оснащение образовательной организации (ДОУ, ОО, ПРОФ, УДОД);
- внеурочная деятельность;
- привлечение родителей и/или лиц, их заменяющих, для популяризации Комплекса ГТО.

**Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**I СТУПЕНЬ**

(мальчики и девочки 6-8 лет)

**1. Виды испытаний (тесты) и нормативы**

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1	Челночный бег 3x10 м (сек.)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	или бег на 30 м (сек.)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
2	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	3	4	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	5	6	13	4	5	11
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	7	9	17	4	5	11
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
7	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	2	3	4	2	3	4
8	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.30
	или на 2 км	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или кросс на 1 км по пересеченной	Без учета	Без учета времени	Без учета	Без учета	Без учета времени	Без учета

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	местности*	времени		времени	времени		времени
9	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
	Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе	9	9	9	9	9	9
	Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса ГТО**	4	5	6	4	5	6

\* Для бесснежных районов страны.

\*\* При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса ГТО обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

- 2. Знания и умения** – в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.
- 3. Рекомендации к недельному двигательному режиму** (не менее 10 часов).

№ п/п	Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, мин.
1	Утренняя гимнастика	Не менее 70
2	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	120
3	Виды двигательной активности в процессе учебного дня (динамические паузы, физкультминутки и т.д.)	150
4	Организованные занятия в спортивных секциях и кружках по легкой атлетике, плаванию, лыжам, гимнастике, подвижным играм, в группах общей физической подготовки, участие в соревнованиях	Не менее 120
5	Самостоятельные занятия физической культурой (с участием родителей), в том числе подвижными играми и другими видами двигательной активности	Не менее 160
<b>В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять не менее 3 часов</b>		

## II СТУПЕНЬ

(мальчики и девочки 9-10 лет)

### 1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1	Бег на 60 м (сек.)	12,0	11,6	10,5	12,9	12,3	11,0
2	Бег на 1 км (мин., сек.)	7.10	6.10	4.50	6.50	6.30	6.00
3	Прыжок в длину с разбега (см)	190	220	290	190	200	260
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	140	160	125	130	150
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	3	5	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	7	9	15
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	9	12	16	5	7	12
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
7	Метание мяча весом 150 г (м)	24	27	32	13	15	17
8	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	8.15	7.45	6.4 5	8.40	8.20	7.30
	или на 2 км	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или кросс на 2 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
9	Плавание без учета времени (м)	25	25	50	25	25	50
Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе		9	9	9	9	9	9
Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для		5	6	7	5	6	7

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	получения знака отличия Комплекса ГТО**						

\* Для бесснежных районов страны.

\*\* При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса ГТО обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

- 2. Знания и умения** – в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.
- 3. Рекомендации к недельному двигательному режиму** (не менее 12 часов).

№ п/п	Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, мин.
1	Утренняя гимнастика	Не менее 105
2	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	135
3	Виды двигательной активности в процессе учебного дня (динамические паузы, физкультминутки и т.д.)	150
4	Организованные занятия в спортивных секциях и кружках по легкой атлетике, плаванию, лыжам, гимнастике, подвижным играм, в группах общей физической подготовки, участие в соревнованиях	Не менее 180
5	Самостоятельные занятия физической культурой (с участием родителей), в том числе подвижными играми и другими видами двигательной активности	Не менее 160

В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять **не менее 3 часов**

### III СТУПЕНЬ

(мальчики и девочки 11-12 лет)

#### 1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	<b>Обязательные испытания (тесты)</b>						
1	Бег на 60 м (сек.)	11,0	10,8	9,9	11,4	11,2	10,3
2	Бег на 1,5 км (мин., сек.)	8.35	7.55	7.10	8.55	8.35	8.00
	или на 2 км (мин., сек.)	10.25	10.00	9.30	12.30	12.00	11.30

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
3	Прыжок в длину с разбега (см)	280	290	330	240	260	300
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	175	140	145	165
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	4	7	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	9	11	17
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	12	14	20	7	8	14
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
5	Метание мяча весом 150 г (м)	25	28	34	14	18	22
6	Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.)	14.10	13.50	13.00	14.50	14.30	13.50
	или на 3 км	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
7	Плавание 50 м. (мин., сек)	Без учета времени	Без учета времени	0.50	Без учета времени	Без учета времени	1.05
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями и
9	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 5 м (очки)	10	15	20	10	15	20
10	Туристский поход с проверкой туристских навыков	<b>В соответствии с возрастными требованиями</b>					
Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе		10	10	10	10	10	10

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса ГТО**	5	6	7	5	6	7

\* Для бесснежных районов страны.

\*\* При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса ГТО обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

2. **Знания и умения** – в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

3. Рекомендации к недельному двигательному режиму (не менее 13 часов).

№ п/п	Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, мин.
1	Утренняя гимнастика	Не менее 105
2	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	135
3	Виды двигательной активности в процессе учебного дня (динамические паузы, физкультминутки и т.д.)	150
4	Организованные занятия в спортивных секциях и кружках по легкой атлетике, плаванию, лыжам, гимнастике, подвижным играм, в группах общей физической подготовки, участие в соревнованиях	Не менее 240
5	Самостоятельные занятия физической культурой (с участием родителей), в том числе подвижными играми и другими видами двигательной активности	Не менее 160

В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять **не менее 4 часов**

#### IV СТУПЕНЬ

(юноши и девушки 13-15 лет)

##### 1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	<b>Обязательные испытания (тесты)</b>						
1	Бег на 60 м (сек.)	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
2	Бег на 2 км	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00



№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	(мин., сек.)						
	или на 3 км (мин., сек.)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	-	-	-
3	Прыжок в длину с разбега (см)	330	350	390	280	290	330
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	185	200	150	155	175
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	4	6	10	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	7	9	15
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	30	36	47	25	30	40
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
7	Метание мяча весом 150 г (м)	30	35	40	18	21	26
8	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	18.45	17.45	16.30	22.30	21.30	19.30
	или на 5 км (мин., сек.)	28.00	27.15	26.00	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
9	Плавание на 50 м. (мин., сек)	Без учета времени	Без учета времени	0.43	Без учета времени	Без учета времени	1.05
10	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей	15	20	25	15	20	25

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
	о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки)						
	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
11	Туристский поход с проверкой туристских навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
	Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе	11	11	11	11	11	11
	Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса ГТО**	6	7	8	6	7	8

\* Для бесснежных районов страны.

\*\* При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса ГТО обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

- 2. Знания и умения** – в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.
- 3. Рекомендации к недельному двигательному режиму** (не менее 14 часов).

№ п/п	Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, мин.
1	Утренняя гимнастика	Не менее 140
2	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	135
3	Виды двигательной активности в процессе учебного дня (динамические паузы, физкультминутки и т.д.)	120
4	Организованные занятия в спортивных секциях и кружках по легкой атлетике, плаванию, лыжам, полиатлону, гимнастике, спортивным играм, фитнесу, в группах общей физической подготовки, участие в соревнованиях	Не менее 270
5	Самостоятельные занятия физической культурой (с участием родителей), в том числе подвижными	Не менее 180

играми и другими видами двигательной активности
<b>В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять не менее 4 часов</b>

**V СТУПЕНЬ**  
(юноши и девушки 16-17 лет)

**1. Виды испытаний (тесты) и нормативы**

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1	Бег на 100 м (сек.)	14,6	14,3	13,8	18,0	17,6	16,3
2	Бег на 2 км (мин., сек.)	9.20	8.50	7.50	11.50	11.20	9.50
	или на 3 км (мин., сек.)	15.10	14.40	13.10	-	-	-
3	Прыжок в длину с разбега (см)	360	380	440	310	320	360
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	200	210	230	160	170	185
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	8	10	13	-	-	-
	или рывок гири (кол-во раз)	15	25	35	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	11	13	19
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	9	10	16
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	30	40	50	20	30	40
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+ 6	+ 8	+ 13	+ 7	+ 9	+ 16
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							

7	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	27	32	38	-	-	-
	или весом 500 г (м)	-	-	-	13	17	21
8	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	-	-	-	19.15	18.45	17.30
	или на 5 км (мин., сек.)	25.40	25.00	23.40	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	-	-	-	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или кросс на 5 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	-	-	-
9	Плавание на 50 м (мин., сек)	Без учета времени	Без учета времени	0.41	Без учета времени	Без учета времени	1.10
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
	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
11	Туристский поход с проверкой туристских навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе		11	11	11	11	11	11
Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса ГТО**		6	7	8	6	7	8

\* Для бесснежных районов страны.

\*\* При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса ГТО обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

**2. Знания и умения** – в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

### 3. Рекомендации к недельному двигательному режиму (не менее 12 часов).

<b>№ п/п</b>	<b>Виды двигательной активности</b>	<b>Временной объем в неделю, мин.</b>
1	Утренняя гимнастика	Не менее 105
2	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	135
3	Виды двигательной активности в процессе учебного дня (динамические паузы, физкультминутки и т.д.)	75
4	Организованные занятия в спортивных секциях и кружках по легкой атлетике, плаванию, лыжам, полиатлону, гимнастике, спортивным играм, фитнесу, единоборствам, атлетической гимнастике, туризму, техническим и военно-прикладным видам спорта, в группах здоровья и общей физической подготовки, участие в соревнованиях	Не менее 270
5	Самостоятельные занятия физической культурой, в том числе спортивными играми, другими видами двигательной активности	Не менее 150
<b>В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять не менее 4 часов</b>		