

УТВЕРЖДАЮ

Директор БУ «Низневартровский
строительный колледж»

А. А. Десятов

Приказ № 199а от 05.09.2019



ПОЛОЖЕНИЕ

о внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
"Готов к труду и обороне" в образовательный процесс
БУ «Низневартровский строительный колледж»

ПЛЖ СМК 7.2.395-19

Версия 2

Дата введения 05.09.2019г.

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 6
«05» 09 2019 г.

СОГЛАСОВАНО
со студенческим советом БУ
«Низневартровский строительный
колледж»
Протокол № 1
«04» 09 2019 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат
00D1B176C074CBD23E2F67A248F7D22799
Владелец Десятов Александр Анатольевич
Действителен с 14.08.2023 по 06.11.2024

Низневартовск
2019

КОНТРОЛЬНЫЙ
ЭКЗЕМПЛЯР

	Должность	Фамилия/ Подпись	Дата
Разработал	Заместитель директора по учебно-воспитательной работе	Ивасик Е.Н. <i>Ивасик</i>	
Проверил	Юрисконсульт	Петренко И.Ю. <i>Петренко</i>	
Версия 2.0			Стр. 1 из 10

Оглавление

1. Область применения.....	3
2. Нормативные ссылки.....	3
3. Определения, обозначения, сокращения.....	3
4. Общие положения.....	3
5. Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.....	3
6.Содержание и условия сдачи норм комплекса ГТО.....	4
7. Подготовка и сдача норм комплекса ГТО.....	4
8.Удостоверения и значки комплекса.....	4
9. Заключительные положения.....	5
Приложение 1.....	6
Приложение 2.....	7
<i>Приложение А</i>	8
<i>Приложение Б</i>	9
<i>Приложение В</i>	10

1. Область применения

Положение определяет цель, задачи, структуру, содержание и организацию работы по внедрению и дальнейшей реализации в БУ ПО «Нижевартовский строительный колледж» (далее - колледж) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (далее - Комплекс ГТО).

2. Нормативные ссылки

Настоящее Положение разработано на основании документов:

2.1. Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;

2.2. Постановления Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;

2.3. Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» от 24.06.2014 года № 172;

2.4. Устава бюджетного учреждения профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Нижевартовский строительный колледж» (утвержден распоряжением Департамента по управлению государственным имуществом Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 20.03.2014г. №13-Р-413;

2.5. ДП СМК 4.2.3.-17 «Управление документацией» (приказ №183-а от 05.09.2017г.);

3. Определения, обозначения, сокращения

ГТО – готов к труду и обороне.

ДП СМК – документированная процедура системы менеджмента качества.

4. Общие положения

1.1. Комплекс ГТО является основой нормативных требований к физической подготовке обучающихся, определяющих уровень физической готовности молодежи к труду и обороне Родины. Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 14 до 69 лет) населения РФ установленных нормативов Комплекса ГТО по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия комплекса ГТО (Приложение А).

1.2. Обучающимся, имеющим золотой знак отличия Комплекса ГТО, при наличии права на назначение стипендии может быть назначена повышенная государственная академическая стипендия в порядке, установленном Министерством образования и науки Российской Федерации (п. 23 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»). Сотрудникам и преподавателям, имеющим золотой знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, может быть назначена доплата.

5. Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

5.1. Целями физкультурного комплекса ГТО в колледже является:

- формирование у обучающихся потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;

- использование средств физической культуры и спорта в оздоровлении обучающейся молодежи;

- совершенствование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в колледже.

5.2. Задачи комплекса ГТО:

- формирование у молодежи устойчивого интереса к развитию собственных морально-волевых качеств, здоровому образу жизни, готовности к защите страны;

- модернизация учебной и внеурочной деятельности по развитию массовой и физической культуры в колледже;

- совершенствование программно- методического обеспечения занятий физической культурой;

- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации.

6. Содержание и условия сдачи норм комплекса ГТО

6.1. Комплекс ГТО в колледже состоит из ступеней (с 5 по 11) – контрольных тестов, предназначенных для определения уровня развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости) и уровня овладения основными прикладными навыками.

6.2. Каждый участник сдает комплекс ГТО по одной из ступеней, в соответствии со своим возрастом.

6.3. Перечень видов испытаний Комплекса ГТО, требования к условиям его сдачи приведены в приложении 1.

7. Подготовка и сдача норм комплекса ГТО

7.1. Основными формами подготовки к сдаче контрольных тестов комплекса в колледже являются: учебные занятия по физической культуре, самостоятельные занятия и занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях по видам спорта. Ответственность за подготовку участников возлагается на руководителя физического воспитания. Виды испытаний (тесты) и нормативы Комплекса ГТО представлены в Приложении Б.

7.2. Основными формами сдачи норм ГТО являются учебно-тренировочные и контрольно-тестовые занятия по физической культуре, физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, проводимые во внеурочное время.

7.3. Началом работы по подготовке и сдаче норм Комплекса ГТО является соответствующий приказ директора колледжа, в котором утверждается состав комиссии по приему нормативов.

7.4. Колледж самостоятельно осуществляет организацию приема нормативов Комплекса ГТО.

8. Удостоверения и значки комплекса

8.1. Место сдачи нормативов назначается муниципалитетом. Лица, выполнившие государственные требования к уровню физической подготовленности обучения при выполнении нормативов ГТО, награждаются соответствующим удостоверением и знаком отличия соответствующих ступеней согласно утвержденным образцам.

8.2. При утрате удостоверения или значка их дубликаты не выдаются. Для получения значка или удостоверения необходимо повторно выполнить нормы и требования соответствующих ступеней комплекса.

9. Заключительные положения

9.1. Настоящее Положение рассматривается на педагогическом совете, студенческом совете, совете родителей, утверждается приказом директора колледжа и вступает в силу со дня его издания.

9.2. Срок действия настоящего Положения не ограничен. Настоящее Положение действует до принятия нового.

9.3. Во всем, что не урегулировано настоящим Положением участники образовательной деятельности руководствуются действующим законодательством.

9.4. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся в соответствии с наличием изменений в действующем законодательстве, рассматриваются на педагогическом совете, студенческом совете, совете родителей и утверждаются приказом директора колледжа.

9.5. Срок действия Положения не ограничен. При изменении законодательства, в Положение вносятся изменения в установленном порядке.

Условия выполнения тестов Комплекса ГТО

- Бег на 60 м, 100 м. Дистанция для бега размечается на стадионе или любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на дистанции 60 м., 100 м. выполняется из положения низкого или высокого старта в спортивной форме и обуви.
- Бег на 2000 м, 3000 м. Дистанция в беге на выносливость проводится на беговых дорожках стадиона с любым покрытием или по пересеченной местности, ровных дорожках парков и скверов. Одежда и обувь - спортивная.
- Прыжок в длину с места. Из исходного положения стоя, носки стоп не касаются линии отталкивания. Прыжок выполняется вперед с места на максимально возможное расстояние. Тест проводится на ровной поверхности или на мягком грунтовом покрытии. Участнику дается две попытки, засчитывается лучший результат. Одежда и обувь - спортивная.
- Прыжок в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега выполняются любым способом в соответствии с официальными правилами соревнований по легкой атлетике. Одежда и обувь - спортивная.
- Наклон вперед с прямыми ногами. Упражнение наклон вперед с прямыми ногами выполняется из исходного положения «основная стойка». Наклон выполняется медленно, без рывков, до касания пола пальцами или ладонями рук. По команде принимающего «Есть» испытуемый возвращается в исходное положение. Одежда и обувь - спортивная.
- Метание мяча или гранаты. Метание производится на площадке в коридор (ширина 10м). Метания выполняют с прямого разбега или с места способом из-за спины через плечо. Другие способы метания не разрешаются. Каждому участнику предоставляется три попытки, засчитывается лучший результат. Одежда и обувь - спортивная.
- Подтягивание на высокой или низкой перекладине. Упражнение на высокой перекладине выполняется из положения виса хватом сверху, не касаясь ногами пола. Упражнение на низкой перекладине (высотой не более 110 см) выполняется хватом сверху из положения виса лежа. Положение туловища и ног – прямое, руки перпендикулярны полу (земле). Подтягивание на высокой и низкой перекладине осуществляется до пересечения подбородком линии перекладины. Одежда и обувь - спортивная.
- Стрельба из пневматической винтовки. Упражнение выполняется из пневматической винтовки ВП-1 и ВП-2, в специально оборудованных местах. Выполняется из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку по существующим правилам соревнований.
- Туризм. Сдача норм по туризму проводится в пеших походах в соответствии с возрастными требованиями. В походе проверяются туристские знания и навыки.

Виды испытаний (тесты) и нормативы Комплекса ГТО

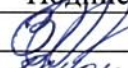
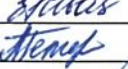
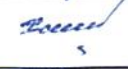


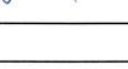

Виды испытаний (тесты) и нормативы включают: виды испытаний (тесты), позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков граждан; нормативы, позволяющие оценивать разносторонность (гармоничность) развитие физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков граждан; нормативы, позволяющие оценивать разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека.

Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные и по выбору. Обязательные испытания (тесты), в соответствии со степенями подразделяются на: испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей, испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости, испытания (тесты) по определению уровня развития силы, испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

Испытания (тесты) по выбору в соответствии со степенями подразделяются на: испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей, испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей, испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" в образовательный процесс
БУ «Нижевартовский строительный колледж»

Должность	Фамилия, инициалы	Дата получения	Подпись
Зам. директора по учебной работе	Третьякова З.И.		
Зам. директора по УВР	Ивасик Е.Н.		
Заведующий общежитием	Тетерина Н.В.		
Руководитель физического воспитания	Ханиев Р.Т.		
Преподаватель ОБЖ	Ковков П.Н.		
Эксперт	Житникова О.Н.		
Юрисконсульт	Петренко И.Ю.		

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" в образовательный процесс
 БУ «Нижевартовский строительный колледж»

Номер изменения	Номера листов			Основание для внесения изменений	Подпись	Расшифровка подписи	Дата	Дата введения изменения
	замененных	новых	аннулир ованных					

Изменение №

Дата