|  |  |
| --- | --- |
| **ПРИНЯТО:**  На общем собрании трудового коллектива МАДОУ ДС №46 «Кот в сапогах»  Протокол № \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2014 г. | **УТВЕРЖДАЮ:**  И.о. заведующего МАДОУ ДС №46 «Кот в сапогах»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.Н.Федотова  Приказ № \_\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_ 2014г. |

**П О Л О Ж Е Н И Е**

**о физкультурно-спортивном комплексе**

**"Готов к труду и обороне" (ГТО)**

**I. Общие положения**

1. Настоящее Положение определяет цель, задачи, структуру, содержание и организацию работы по внедрению и дальнейшей реализации физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) - программной и нормативной основы системы физического воспитания персонала образовательной организации воспитанников старшего дошкольного возраста.

2. Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее – ФСК «ГТО») устанавливает требования к физической подготовленности персонала образовательной организации воспитанников старшего дошкольного возраста.

3. ФСК «ГТО» предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 60 лет и старше) персонала образовательной организации воспитанников старшего дошкольного возраста (далее - возрастные группы) установленных нормативов физкультурно-спортивного комплекса по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (далее - нормативы).

4. ФСК «ГТО» основывается на следующих принципах:

а) добровольность и доступность;

б) оздоровительная и личностно ориентированная направленность;

в) обязательность медицинского контроля;

г) учет региональных особенностей и национальных традиций.

**II. Цели и задачи ФСК «ГТО»**

5. Целями ФСК «ГТО» являются 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 персонала образовательной организации и воспитанников старшего дошкольного возраста.

6. Задачами ФСК «ГТО» являются:

а) увеличение числа работников и воспитанников дошкольной организации, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

б) повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни;

в) формирование у персонала образовательной организации и воспитанников старшего дошкольного возраста осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;

г) повышение общего уровня знаний персонала образовательной организации и воспитанников старшего дошкольного возраста о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского спорта в образовательной организации, в том числе путем создания спортивного клуба.

**III. Структура и содержание физкультурно-спортивного комплекса**

7. Структура ФСК «ГТО» включает следующие возрастные группы:

первая ступень - от 6 до 8 лет;

вторая ступень - от 18 до 29 лет;

третья ступень - от 30 до 39 лет;

четвертая ступень - от 40 до 49 лет;

пятая ступень - от 50 до 59 лет;

шестая ступень - от 60 и старше.

8. Нормативно-тестирующая часть ФСК «ГТО» предусматривает требования к уровню физической подготовленности персонала образовательной организации и воспитанников старшего дошкольного возраста на основании выполнения нормативов и оценки уровня знаний и умений, состоит из следующих основных разделов:

а) виды испытаний (тесты) и нормативы;

б) требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;

в) рекомендации к недельному двигательному режиму. Требования к уровню физической подготовленности персонала образовательной организации и воспитанников старшего дошкольного возраста при выполнении нормативов утверждаются администрацией образовательной организации.

9. Виды испытаний (тесты) и нормативы включают в себя:

а) виды испытаний (тесты), позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков;

б) нормативы, позволяющие оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития.

10. Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.

11. Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры ФСК «ГТО» подразделяются на:

а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;

б) испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;

в) испытания (тесты) по определению уровня развития силы;

г) испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

12. Испытания (тесты) по выбору в соответствии со ступенями структуры ФСК «ГТО» подразделяются на:

а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей;

б) испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей;

в) испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.

13. Лица, выполнившие нормативы, овладевшие знаниями и умениями определенных ступеней ФСК «ГТО», награждаются соответствующим знаками отличия, грамотами и т.д. Порядок награждения знаками отличия, наградами определяется образовательной организацией.

14. Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта включают проверку знаний и умений по следующим вопросам:

а) влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;

б) гигиена занятий физической культурой;

в) основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;

г) основы методики самостоятельных занятий;

д) основы истории развития физической культуры и спорта;

е) овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

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

17. Спортивная часть ФСК «ГТО» направлена на привлечение персонала и воспитанников 6-8 лет дошкольной организации к систематическим занятиям физической культурой и спортом с учетом половых и возрастных групп с целью выполнения нормативов и получения массовых спортивных разрядов, включает нормативы, требования и условия их выполнения для многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс.

18. Порядок организации и проведения тестирования утверждается администрацией образовательной организации.

**IV. Организация работы по введению и реализации ВФСК «ГТО»**

19. 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.

20. Образовательная организация вправе по своему усмотрению дополнительно включить в ФСК «ГТО» 2 вида испытаний (тестов), в том числе по национальным, военно-прикладным видам спорта (дисциплинам), а также по наиболее популярным в молодежной среде видам спорта.

21. Требования к уровню физической подготовленности воспитанников старшего дошкольного возраста при выполнении нормативов учитываются в образовательной программе дошкольного образования по предмету (дисциплине) "Физическая культура".

22. Подготовка к выполнению и выполнение нормативов ФСК «ГТО» различными возрастными группами могут осуществляться в рамках мероприятий международного движения "Спорт для всех", а также предусматривать проведение мероприятий ФСК «ГТО» совместно с мероприятиями общероссийского движения "Спорт для всех", проводимых на муниципальном, региональном и федеральном уровнях.

23. Лица, осуществляющие трудовую деятельность, ведут подготовку к выполнению, а также непосредственное выполнение нормативов в ходе мероприятий, проводимых работодателем. Работодатель вправе поощрять в установленном порядке лиц, выполнивших нормативы на соответствующий знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.