

## Доклад "Особенности сдачи норм Комплекса ГТО в начальной школе".

Учитель физической культуры Здоренко Ольга Юрьевна

24 марта 2014 г. за N 172 вышел Указ Президента РФ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

**Цель этого документа** – «дальнейшее совершенствование государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения».

Введён в действие с 1 сентября 2014 г.

Согласно Указу, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО), является программной и нормативной основой физического воспитания населения. Комплекс ГТО нацелен на развитие массового спорта и оздоровление нации.

«Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

В 2014 г. Правительство РФ разработало и приняло ряд документов, направленных на воссоздание комплекса ГТО: Указ Президента о ГТО, Постановление Правительства РФ № 540, Положение о ГТО и другие.

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. (Принципы 4 –х «Д»: доступность, добровольность, доступ врача, для здоровья).

*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.

Уже со следующего учебного года комплекс внедрят во всех Российских школах. И, как сообщают эксперты, в будущем успешная сдача норм ГТО даст дополнительные баллы для поступающих в высшие учебные заведения.

В качестве компонентов успешного внедрения комплекса ГТО выделяются:

- нормативно-правовой компонент, включающий законодательные, программные документы федерального, регионального и муниципального уровней по регулированию процесса внедрения комплекса ГТО;
- ресурсный компонент, обеспечивающий повышение профессионального мастерства руководителей и организаторов физкультурно-спортивной работы, преподавателей физической культуры в общеобразовательных организациях, организациях начального, среднего и высшего образования, материально-техническое оснащение и развитие физкультурно-спортивной инфраструктуры;
- управленческий компонент, направленный на координацию взаимодействия органов исполнительной власти, органов местного самоуправления, образовательных организаций и общественных объединений, иных заинтересованных организаций при осуществлении деятельности по внедрению комплекса ГТО;
- программно-методический и организационный компонент, направленный на разработку методических рекомендаций для обеспечения условий подготовки и выполнения населением необходимых требований комплекса ГТО, включая организацию самостоятельных занятий;
- информационно-пропагандистский компонент, направленный на формирование у населения необходимой мотивации к участию в мероприятиях комплекса ГТО.

Подробно останавливаться на компонентах не будем. Перейдём к документам, рекомендуя провести сдачу норм ГТО в школе, в том числе - в начальной.

В Методических рекомендациях Минобрнауки России от 02 декабря 2015 года сказано, что «требовательности обязательности сдачи нормативов испытаний (тестов) ... не установлено». «... невыполнение норм Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации учащиеся по предмету «Физическая культура».

«Для обучающиеся, сдающих нормативы испытаний (тесты) ГТО необходим обязательный и достоверный учёт их состояния здоровья...»

«По завершении подготовки и перед сдачей нормативов испытаний (тестов) ГТО осуществляется тематический контроль, позволяющий оценить степень подготовленности обучающиеся к сдаче нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО».

«... выполнение нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на золотой, серебряный и бронзовый знаки Комплекса ГТО являются качественным показателем решения перед обучающимися задачи **в соответствии с ФГОС** и может соответствовать оценке «отлично».

«Общеобразовательными организациями обеспечиваются необходимые безопасные условия проведения мероприятий, связанные с подготовкой к сдаче нормативов Комплекса ГТО».

В школе существует несколько возрастных ступеней для сдачи норм ГТО и две части проведения Комплекса ГТО.

**Нормы ГТО для школьников по возрастам и классам:**

- 1 ступень - для школьников 6-8 лет (1 и 2 классы)
- 2 ступень - для школьников 9-10 лет (3 и 4 классы)
- 3 ступень - для школьников 11-12 лет (5 - 7 классы)
- 4 ступень - для школьников 13-15 лет (8 и 9 классы)
- 5 ступень - для школьников 16-17 лет (10 и 11 классы)

**Части проведения Комплекса ГТО**

- 1) теоретическая часть – тестовые работы на определение уровня знаний обучающихся по вопросам физической культуры и спорта;
- 2) практическая часть – сдача нормативов согласно их возрасту; здесь проверяются умения и навыки обучающихся.

**Какова нормативная база ГТО для обучающихся начальных классов?**

Здесь важно отметить, что первоклассники не сдают нормативы, они лишь знакомятся с испытаниями.

**Испытания при сдаче норм Комплекса ГТО в начальной школе (практическая часть):**

- прыжки в длину с места;
- бег на 30, 60 метров, в зависимости от возрастной категории; метание мяча на дальность;
- сгибание туловища вниз с прямыми ногами;
- кросс 600, 1500 метров, в соответствии с возрастом обучающихся;
- подтягивание туловища на высокой и низкой перекладине;
- лыжный бег 1000, 2000 метров, в соответствии с возрастным критерием.

**Нормы ГТО для школьников 6-8 лет  
I ступень**

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 6-8 лет					
		Мальчики			Девочки		
<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					
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)	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>11</b>
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>11</b>
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	пальцами	ладонями	пальцами	ладонями		
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
7.	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
8.	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	<b>8.45</b>	<b>8.30</b>	<b>8.00</b>	<b>9.15</b>	<b>9.00</b>	<b>8.39</b>
	или на 2 км	<b>Без учета времени</b>					
	или кросс на 1 км по пересеченной местности*	<b>Без учета времени</b>					
9.	Плавание без учета времени (м)	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>15</b>
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
* Для бесснежных районов страны							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.							