**План мероприятий**

**по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**

**«Готов к труду и обороне» (ГТО) в**

**МБОУ «Лицей»**

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Срок выполнения | Ответственные |
| 1 | Изучение основных документов по        внедрению   Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО):  -Указ Президента Российской Федерации №172 от 24 марта 2014 года***«О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)»***;  -Постановление Правительства Российской Федерации №540 от 11 июня 2014г.  утверждающее ***Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)»***;  -Распоряжение Правительства Российской Федерации № 1165-р от 30 июня 2014 г. об утверждении ***Плана мероприятий по этапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)».*** | 1 полугодие 2015-2016 учебного года | Учителя физической культуры, администрация школы |
| 2 | Подготовка агитационного и наглядного   материала «Готов к труду и обороне» (ГТО), работа с информационными источниками сети Интернет (в течение года). | В течение года | Учителя физической культуры, педагог – организатор по ОБЖ |
| 3 | Размещение информации на официальном сайте, оформление странички на школьном сайте по пропаганде и внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) | Февраль 2016 | Зам директора по УВР, учителя физической культуры |
| 4 | Агитационная работа по сдаче комплекса ГТО (формирование группы, знакомство учащихся со знаками отличия ВФСК ГТО в форме беседы). | Март -Апрель 2016 | Учителя физической культуры |
| 5 | Классные часы в 1-11 классах на тему «Внедрение ВФСК ГТО», «Правила тестирования учащихся», «Государственные требования к уровню физической подготовленности учащихся при выполнении нормативов ВФСК ГТО». | Март – апрель 2016 | Классные руководители, педагог-организатор по ОБЖ |
| 6 | Занятия в спортивных секциях | В течение года | Учителя физической культуры |
| 7 | Разъяснительная беседа родительских собраниях по теме «Внедрение ВФСК ГТО». | Март 2016 | классные руководители, учителя физической культуры |
| 8 | Утренняя гимнастика до занятий | В течение года | Учителя предметники, физорги класса |
| 9 | Проведение школьных спортивных соревнований с включением нормативов ГТО. | В течение учебного года | Учителя физической культуры |
| 10 | Контрольные тесты и упражнения | Февраль -апрель | Учителя физической культуры |
| 11 | Проведение конкурса агитбригад «Здоровым быть модно!» | Апрель 2016 | зам. директора по ВР |
| 12 | Проведение физминуток на уроках. | В течение года | Учителя предметники |
| 13 | Участие в городских спортивных мероприятиях. | В течение года | Учителя физической культуры |
| 14 | Конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта» | март | Учитель ИЗО |
| 15 | Участие в научно-практической конференции «Грани творчества» | апрель | Учителя физической культуры |
| 16 | Конкурс фотографий «Спорт и мы» | май | Зам. директора по ВР |
| 17 | Родительский лекторий «Физическое воспитание детей в семье, методики закаливания и укрепления их здоровья.» | 1 раз в четверть | Заместитель директора по ВР, социальный педагог, учителя физической культуры |
| 18 | Проведение консультаций для родителей по проблеме сбережения здоровья детей | Постоянно | Учителя физической культуры |
| 19 | Проведение спортивных мероприятий в каникулярное время. | В течение года | Учителя физической культуры |
| 20 | Сдача учащимися нормативов ГТО школы. | Апрель-Май | Учителя физической культуры |
| 21 | Проведение подвижных перемен. В | течение года | Учителя физической культуры |
| 22 | Составление мониторинга результатов ВФСК ГТО. | Май | Учителя физической культуры |

Ответственный Карзакова С.А., учитель физической культуры

**Что такое ГТО?**

**ГТО** - **Всероссийский физкультурно - ­спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»**

**ГТО** - важный этап в развитии системы физического воспитания, он способствует дальнейшему внедрению физической культуры в повседневную жизнь людей, создает необходимые возможности для всесторонней физической подготовки населения к труду и обороне Родины.

Подготовка молодежи к выполнению требований и сдаче нормативов комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки и самостоятельно.

**Цель комплекса ГТО**- увеличение количества регулярно занимающихся физической культурой и спортом детей и молодежи.

**Задача комплекса ГТО** - массовое внедрение комплекса, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

**Комплекс ГТО**будет включать нормативы ГТО и спортивных разрядов, систему тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп.

**Структура комплекса** будет состоять из 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.

Обязательные испытания нового ГТО будут включать нормативы на скорость, выносливость, гибкость, силу. В комплекс, возможно, будет включена оценка знаний об истории физической культуры, гигиене занятий физкультуры, методик самостоятельных занятий. Реализация процесса должна полностью завершиться к 2017 году во всех возрастных категориях  
  
Современные знаки отличия ГТО будут трех видов – золотой, серебряный и бронзовый. Золотой знак отличия будет получен в случае, если выполнивший нормативы, соответствующие серебряному знаку имеет спортивные звания и разряды не меньше юношеского второго.

1. Мальчики и девочки от 6 до 8 лет.
2. Мальчики и девочки от 9 до 10 лет.
3. Мальчики и девочки от 11 до 12 лет.
4. Юноши и девушки от 13 до 15 лет.
5. Юноши и девушки от 16 до 17 лет.
6. Мужчины и женщины от 18 до 29 лет.
7. Мужчины и женщины от 30 до 39 лет.
8. Мужчины и женщины от 40 до 49 лет.
9. Мужчины и женщины от 50 до 59 лет
10. Мужчины и женщины от 60 до 69 лет. Мужчины и женщины старше 70лет.