

АДМИНИСТРАЦИЯ ДОЛЖАНСКОГО РАЙОНА

**ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
И СПОРТА АДМИНИСТРАЦИИ ДОЛЖАНСКОГО РАЙОНА ОРЛОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ**

ПРИКАЗ

10 марта 2025 год  
пос. Долгое

№ 52

О выполнении нормативов испытаний ВФСК  
«Готов к труду и обороне»

В рамках реализации муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта в Должанском районе, в целях вовлечения детей и подростков в систематические занятия физической культурой и спортом, профилактики наркомании и экстремизма в молодежной среде

п р и к а з ы в а ю:

1.Провести приём нормативов испытаний ВФСК «Готов к труду и обороне» среди обучающихся ОО 7 класса (4 ступень, возрастная группа 12-13 лет) 14 марта 2025 года на базе БУДО ДЮСШ

Начало 10.00 часов.

2.Руководителям ОО: Принять активное участие в сдаче нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне».

3.Контроль за исполнением приказа возложить на администратора Центра тестирования ВФСК ГТО К.Н.Черных.

Начальник отдела

В.Л. Медведева



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
о выполнении нормативов испытаний ВФСК  
«Готов к труду и обороне»

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Целью сдачи нормативов ГТО является вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

- популяризация комплекса ГТО среди населения;
- повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
- повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение обучающихся, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и требований комплекса ГТО и активно участвующих в деятельности по продвижению комплекса ГТО среди сверстников.

**ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

**Начиная с 1 января 2025 года, к выполнению допускаются только те участники, которые перерегистрировали УИН (если он был зарегистрирован в период с 2015-2024 гг.) зарегистрировали новый УИН (если его не было ранее) в новом личном кабинете ГТО через ЕСИА(Госуслуги). Ссылка на новый личный кабинет: <https://gto.gov.ru> (через Яндекс.Браузер)** ID номер участника указывается в заявке на прохождение тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). В дальнейшем значки ГТО получают только зарегистрированные на сайте пользователи.

Для участия в сдаче нормативов необходимо направить предварительную заявку в Центр тестирования населения по выполнению нормативов испытаний ВФСК ГТО (БУДО ДЮСШ) по установленной форме, заверенную руководителем организации или иметь заявку при себе в день сдачи нормативов.

**МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Приём нормативов проводится в БУДО ДЮСШ 14 марта 2025 года в 10.00 часов.

**УЧАСТНИКИ ИСПЫТАНИЙ**

К участию в соревнованиях допускаются обучающиеся 7 класса (возрастная группа 12-13 лет), зарегистрированные на Официальном сайте ГТО. Обучающиеся, не относящиеся к данному возрасту, к испытаниям не будут допущены. Участники должны иметь спортивную форму и сменную обувь.

**ПРОГРАММА ИСПЫТАНИЙ**  
**Мальчики**

№	Вид испытания (тест)	
1.	Бег на 60 м (с)или	+
	Бег на 30 м (с)	+
2	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)	+
3.	Челночный бег 3x10 м (с)	+

	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	+
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	+
5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см)	+
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+
8.	Метание мяча весом 150 г (м)	+

### Девочки

№	Вид испытания (тест)	
1.	Бег на 60 м (с) или	+
	Бег на 30 м (с)	+
2.	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)	+
	Челночный бег 3х10 м (с)	+
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	+
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см)	+
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	+

Организаторы оставляют за собой право на внесение изменений в данное Положение.

При возникновении вопросов телефон/Wathapp 8-920 280 05 97 – администратор Центра тестирования ГТО Черных Карина Николаевна.

Судейство соревнований осуществляется учителями физической культуры, ОБЗР образовательных организаций принимающих участие в данных соревнованиях и работниками БУДО ДЮСШ (приложение 1 к Положению)

СОСТАВ  
СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ

1. Михайлов В.И. – главный судья;
2. Ловчикова Е. В. – педагог дополнительного образования БУДО ДЮСШ;
3. Антипов А. А. – учитель физической культуры БОУ «Должанская сош»;
4. Половых С. Н. - педагог-преподаватель ОБЗР БОУ «Должанская сош»;
5. Стеблецова Р. Г. – учитель физической культуры БОУ «Козьма-Демьянинская сош»;
6. Головин А. Ю. – учитель физической культуры БОУ «Никольская сош»;
7. Дорофеев О. В. – педагог-преподаватель ОБЗР БОУ «В-Ольшанская сош»;