

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Константиновская средняя школа
Тутаевского муниципального района

ПРИКАЗ

14 декабря 2016 года

№ 617 /01-02

О назначении ответственного
за проведения мониторинга
уровня физической подготовки
обучающихся 2-10 классов

На основании Положения о Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)», утверждённого Постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июля 2014 года № 540, согласно Постановлению Правительства Ярославской области «О порядке проведения мониторинга уровня физической подготовленности обучающихся 2-10 классов общеобразовательных организаций Ярославской области, на основании выполнения видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений, установленных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне (ГТО)» и приказа Департамента образования Администрации Тутаевского муниципального района Ярославской области № 726/01-10 от 08.12.2016

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Назначить ответственной за организацию и проведение мониторинга уровня физической подготовленности обучающихся 2-10 классов на основании выполнения видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений, установленных Всероссийским физкультурно-оздоровительным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО) заместителя директора по воспитательной работе Мастакову Наталью Анатольевну. (Приложение 1, Приложение 2).
2. Назначить ответственными за составление сводной ведомости учителей физической культуры:
 - Асонову Екатерину Сергеевну в 3-А классе, 3-Б классе, 4-А классе, 4-Б классе, 5-А классе;
 - Кинарейкину Наталью Васильевну в 5-Б классе, 5-В классе, 7-А классе, 7-Б классе;
 - Кишкина Владимира Валерьевича во 2-А классе, 2-Б классе, 6-А классе, 6-Б классе, 8-А классе, 8-Б классе, 9-А классе, 9-Б классе, 10-А классе.
3. Назначить ответственными за организацию мероприятия комплекса ГТО учителей физической культуры:
 - Асонову Екатерину Сергеевну в 3-А классе, 3-Б классе, 4-А классе, 4-Б классе, 5-А классе;
 - Кинарейкину Наталью Васильевну в 5-Б классе, 5-В классе, 7-А классе, 7-Б классе;
 - Кишкина Владимира Валерьевича во 2-А классе, 2-Б классе, 6-А классе, 6-Б классе, 8-А классе, 8-Б классе, 9-А классе, 9-Б классе, 10-А классе.
4. Учителям физической культуры Асоновой Екатерине Сергеевне, Кинарейкиной Наталье Васильевне, Кишкину Владимиру Валерьевичу сформировать команду обучающихся, сдавших на «Золотой знак отличия», для участия в «Фестивале по Всероссийскому физкультурно-оздоровительному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) для учащихся 2-10 классов Ярославской области» в мае 2017 года.
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор школы

Е.П. Чепурна

С приказом ознакомлен:



Утверждаю:
Директор МОУ Константиновская СШ

_____ Е.П.Чепурна
«___» _____ 2016 г.

Виды испытаний (тестов),
нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений,
установленных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом
«Готов к труду и обороне (ГТО) обучающихся 2-10 классов
Муниципального общеобразовательного учреждения
Константиновская средняя школа Тутаевского муниципального района.
I степень
(возрастная группа от 6 до 8 лет)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО	«Бронзовый знак» ГТО	«Серебрян ый знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО
Обязательные испытания (тесты)							
1	Челночный бег 3x10м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	или бег на 30м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
2	Смешанное передвижение (1 км)	Без учёта времени					
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	5	6	13	4	5	11
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	7	9	17	4	5	11
4	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладоня ми
Испытания (тесты) по выбору							
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
6	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м (количество раз)	2	3	4	2	3	4
7	Бег на лыжах на 1 км (мин, с)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.30
	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Без учёта времени					
	или смешанное передвижение на 1.5 км по пересечённой местности	Без учёта времени					
8	Плавание без учёта времени (м)	10	10	15	10	10	15
Количество видов испытаний (тестов) в возрастной группе		8	8	8	8	8	8
Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо		6	6	7	6	6	7

выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)							
---	--	--	--	--	--	--	--

II ступень
(возрастная группа от 9 до 10 лет)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО	«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО
Обязательные испытания (тесты)							
1	Бег на 60м (с)	12.0	11.6	10.5	12.9	12.3	11.0
2	Бег на 1 км (мин, с)	6.30	6.10	4.50	6.50	6.30	6.00
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	5	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	7	9	15
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	9	12	16	5	7	12
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
5	Прыжок в длину с разбега (см)	190	220	290	190	200	260
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	140	160	125	130	150
6	Метание мяча весом 150г (м)	24	27	32	13	15	17
7	Бег на лыжах на 1 км (мин, с)	8.15	7.45	6.45	8.40	8.20	7.30
	или на 2 км (мин, с)	Без учёта времени					
	или кросс на 2 км по пересечённой местности	Без учёта времени					
8	Плавание без учёта времени (м)	25	25	50	25	25	50
Количество видов испытаний (тестов) в возрастной группе		8	8	8	8	8	8
Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)		6	6	7	6	6	7

III ступень
(возрастная группа от 11 до 12 лет)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО	«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой

							знак» ГТО
Обязательные испытания (тесты)							
1	Бег на 60м (с)	10.0	9.7	8.7	10.9	10.6	9.6
2	Бег на 2 км (мин, с)	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00
	или на 3 км (мин, с)	Без учёта времени					
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	4	6	10	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	7	9	15
4	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		
Испытания (тесты) по выбору							
5	Прыжок в длину с разбега (см)	330	350	390	280	290	330
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	185	200	150	155	175
6	Поднятие туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	30	36	47	25	30	40
7	Метание мяча весом 150г (м)	30	35	40	18	21	26
8	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	18.45	17.45	16.30	22.30	21.30	19.30
	или на 5 км (мин, с)	28.00	27.15	26.00	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересечённой местности	Без учёта времени					
9	Плавание 50м (мин, с)	Без учёта времени		0.43	Без учёта времени		1.05
10	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10м (очки)	18	25	30	18	25	30
11	Туристический поход с проверкой туристских навыков	Туристский поход с проверкой туристских навыков на дистанцию 10км					
Количество видов испытаний (тестов) в возрастной группе		11	11	11	11	11	11
Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)		6	7	8	6	7	8

(возрастная группа от 16 до 17 лет)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО	«Бронзовый знак» ГТО	«Серебряный знак» ГТО	«Золотой знак» ГТО
Обязательные испытания (тесты)							
1	Бег на 100м (с)	14.6	14.3	13.8	18.0	17.6	16.3
2	Бег на 2 км (мин, с)	9.20	8.50	7.50	11.50	11.20	9.50
	или на 3 км (мин, с)	15.10	14.40	13.10	-	-	-
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	8	10	13	-	-	-
	или рывок гири 16 кг (количество раз)	15	25	35	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	11	13	19
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	9	10	16
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке (ниже уровня скамьи-см)	6	8	13	7	9	16
Испытания (тесты) по выбору							
5	Прыжок в длину с разбега (см)	360	380	440	310	320	360
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	200	210	230	160	170	185
6	Поднятие туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	30	40	50	20	30	40
7	Метание спортивного снаряда весом 700г (м)	27	32	38	-	-	-
	Или весом 500г (м)	-	-	-	13	17	21
8	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	-	-	-	19.15	18.45	17.30
	или на 5 км (мин, с)	25.40	25.00	23.40	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересечённой местности	-	-	-	Без учёта времени		
	или кросс на 5 км по пересечённой местности	Без учёта времени			-	-	-
9	Плавание 50м (мин, с)	Без учёта времени		0.41	Без учёта времени		1.10
10	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10м (очки)	18	25	30	18	25	30

11	Туристический поход с проверкой туристских навыков	Туристский поход с проверкой туристских навыков на дистанцию 10км				
Количество видов испытаний (тестов) в возрастной группе	11	11	11	11	11	11
Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	6	7	8	6	7	8