

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления по физической культуре и спорту администрации МО Северский район

  
С.В. Клименко  
«    »    2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ по шахматам № 4 ст. Северской МО Северский район

  
Е.С. Терентьева  
«    »    2023 года

  
« СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ШАХМАТАМ № 4 СТАНИЦЫ СЕВЕРСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЕВЕРСКИЙ РАЙОН »  
ИНН 23480  
ОГРН 1112348000951

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления образования администрации МО Северский район

  
Л.В. Мазько  
«    »    2023 года

График проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО в 3 - 4 квартале 2023 года

Дни испытаний	Виды испытания	Места проведения
12-13 сентября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи -см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).	МБОУ СОШ № 17 пгт. Ильского
14-15 сентября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м.	МБОУ СОШ № 27 с. Львовского
20-21 сентября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).	МБОУ СОШ № 49 ст. Смоленской
26-27 сентября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание	МБОУ СОШ № 16 пгт. Ильского

	спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).	
3 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30 м (с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см).	МБОУ СОШ № 14 пгт. Ильского
3-4 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).	МБОУ СОШ № 23 ст. Калужской
5-6 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи -см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).	МБОУ СОШ № 36 ст. Новодмитриевской
9-10 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м.	МБОУ СОШ № 46 пгт. Черноморского
10 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м.	МБОУ СОШ № 4 пгт. Афипского
12-13 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).	МБОУ СОШ № 51 пгт. Черноморского
16-17 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м.	МБОУ СОШ № 21 пгт. Черноморского
18-19 октября	Челночный бег 3X10 м (с), Бег на 10, 30,60,100м (с), Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег, Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической	МБОУ СОШ № 19 п. Октябрьского

	<p>скамье (от уровня скамьи - см), Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (кол-во попаданий), Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание мяча весом 150 г. Смешанное передвижение на 1000м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз).</p>	
18 ноября	<p>Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)</p>	<p>МБОУ СОШ № 27 с. Львовского</p>
4 декабря	<p>Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)</p>	<p>МБОУ СОШ № 46 пгт. Черноморского</p>
11 декабря	<p>Прыжок в длину с места, Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см), Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)</p>	<p>МБОУ СОШ № 21 пгт. Черноморского</p>



УТВЕРЖДАЮ  
Начальник управления  
по физической культуре и спорту  
администрации муниципального  
образования Северский район  
С. В. Клименко  
« 20 » 09 2023г.

## Положение

О проведении испытаний (тестов) Всероссийского Физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди учащихся общеобразовательных учреждений в муниципальном образовании Северский район в 3-4 квартале 2023 года

### 1. Цель и задачи проведения

Испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди участников I–VII возрастных ступеней (6-18 лет) проводится в соответствии с п. 14 комплекса мер по этапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Краснодарском крае, утвержденного распоряжением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 22.03.2016 г. № 92–р «О поэтапном внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Краснодарском крае», на основании календарного плана спортивно-массовых мероприятий управления по физической культуре и спорту администрации муниципального образования Северский район.

Целью проведения спортивных мероприятий ГТО является вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами является:

- популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО) среди I – VII возрастных ступеней (6-18 лет) населения Северского района;
- повышения уровня физической подготовленности учащихся ОУ МО Северского района;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение учащихся, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов и испытаний (тестов) комплекса ГТО.

### 2. Места и сроки проведения

Места проведения:

- МБОУ СОШ № 46 пгт. Черноморский, ул. Кирова, 30
- МБОУ СОШ № 21 пгт. Черноморский, ул. Октябрьская, 2-4
- МБОУ СОШ № 51 пгт. Черноморский, ул. Тельмана, 3
- МБОУ СОШ № 4 пгт. Афипский, ул. Комсомольская, 119
- МБОУ СОШ № 17 пгт. Ильский, ул. Первомайская, 44Б
- МБОУ СОШ № 16 пгт. Ильский, ул. Длинная, 30
- МБОУ СОШ № 14 пгт. Ильский, ул. Пионерская, 32
- МБОУ СОШ № 49 ст. Смоленская, ул. Мира, 121
- МБОУ СОШ № 36 ст. Новодмитриевская, ул. Мичурина, 43
- МБОУ СОШ № 23 ст. Калужская, ул. Красная, 20
- МБОУ СОШ № 27 с. Львовское, ул. Советская, 80

Сроки проведения – 12 сентября – 12 декабря 2023г.

### 3. Организаторы мероприятия

Общее руководство организацией и проведением испытаний (тестов) осуществляется Управлением по физической культуре и спорту администрации муниципального образования Северский район, отделом ГТО муниципального образования Северский район.

Непосредственное проведение мероприятий возлагается на отдел ГТО муниципального образования Северский район.

### Программа мероприятий

№ п/п	Наименование спортивного мероприятия	Сроки проведения	Место проведения
1	Выполнение норм ГТО "ГТО - проверь себя"	12-13.09.2023	МБОУ СОШ № 17 пгт. Ильского
2	Выполнение норм ГТО «Я выбираю спорт. Я готов к труду и обороне»	14-15.09.2023 18.11.2023	МБОУ СОШ № 27 с. Львовского
3	Выполнение норм ГТО «С ГТО мы крепко дружим»	20-21.09.2023	МБОУ СОШ № 49 ст. Смоленской
4	Выполнение норм ГТО «Спорт – здоровое будущее»	26-27.09.2023	МБОУ СОШ № 16 пгт. Ильского
5	Выполнение норм ГТО "ГТО - проверь себя"	03.10.2023	МБОУ СОШ № 14 пгт. Ильского
6	Выполнение норм ГТО «Спорт – здоровое будущее»	05-06.10.2023	МБОУ СОШ № 36 ст. Новодмитриевской
7	Выполнение норм ГТО "ГТО - проверь себя"	03-04.10.2023	МБОУ СОШ № 23 ст. Калужской
8	Выполнение норм ГТО	10.10.2023	МБОУ СОШ № 4 пгт. Афипского
9	Выполнение норм ГТО	12-13.10.2023	МБОУ СОШ № 51 пгт. Черноморского
10	Выполнение норм ГТО	16-17.10.2023	МБОУ СОШ № 21 пгт. Черноморского

11	Выполнение норм ГТО	18-19.10.2023	МБОУ СОШ № 19 п. Октябрьского
12	Выполнение норм ГТО «Спортивному движению - наше уважение!!!»	18.11.2023	МБОУ СОШ № 27 с. Львовского
13	Выполнение норм ГТО «Зимний марафон ГТО»	09-10.10.2023 04.12.2023	МБОУ СОШ № 46 шт. Черноморского
14	Выполнение норм ГТО «ГТО - Здоровье - день за днем, шаг за шагом»	16-17.10.2023 11.12.2023	МБОУ СОШ № 21 шт. Черноморского

№	Вид испытания (тест)
1	Челночный бег 3X10 м (с)
2	Бег на 10,30,60,100м (с)
3	Бег на 1; 1,5; 2; 3 км (мин, с), 6-минутный бег
4	Метание спортивного снаряда весом 500, 700г (м), метание теннисного мяча в цель дистанции 6 м (кол-во попаданий), метание мяча весом 150 г.
5	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье
6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
8	Смешанное передвижение на 1000 м

#### 4. Обеспечение безопасности участников

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся в общеобразовательных учреждениях Северского района, включенных в список мест тестирования ВФСК ГТО в МО Северский район.

Мероприятия по предотвращению распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19 осуществляются в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденным Минспортом России и Главным санитарным врачом Российской Федерации от 31 июля 2020 года.

#### 5. Награждение

Участники, успешно выполнившие необходимое количество нормативов для получения знака отличия комплекса ГТО, представляются к награждению соответствующим знаком: «Золотой знак», «Серебряный знак», «Бронзовый знак» комплекса ГТО.

#### 6. Заявки на участие

К участию в выполнении нормативов ГТО, допускаются участники при наличии уникального идентификационного номера участника, паспорта (свидетельства о рождении), допуска врача.