



КАЛУЖСКАЯ ОБЛАСТЬ  
ТАРУССКИЙ РАЙОН  
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
"ТАРУССКИЙ РАЙОН"

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

г. Таруса

05.05. 2016г.

№ 368

**О проведении испытаний (тестирования)  
и нормативов Всероссийского  
физкультурно-спортивного комплекса ГТО  
(III степень (11-12 лет))**

На основании Указа Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и Постановления Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540, администрация МР «Тарусский район» **ПОСТАНОВЛЯЕТ:**

1. Утвердить порядок проведения испытаний (тестов) и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (III степень (11-12 лет)) на май 2016 года (Приложение №1).
2. Утвердить план мероприятий по выполнению испытаний (тестов) и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (III степень (11-12 лет)) на май 2016 года (Приложение №2).
3. Отделу образования администрации МР «Тарусский район» (Кокорина И.Н.) информировать образовательные учреждения Тарусского района:
  - о сроках проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО (III степень (11-12 лет));
  - о подаче личной заявки на прохождение испытаний (тестов) ВФСК ГТО (III степень (11-12 лет)).
4. Директору МБОУ ДО ДЮСШ (Королева И.Э.) провести испытания (тесты) и нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (III степень (11-12 лет)):
  - 19 мая 2016 года в 13.00 часов на базе МБОУ ДО ДЮСШ (ул., Ленина 74а) – бег на 60 м., бег на 1500 м., бег на 2000 м. (III степень (11-12 лет));
  - 26 мая 2016 года в 13.00 часов на базе МБОУ ДО ДЮСШ (ул., Ленина 74а) - прыжки в длину с места толчком двумя ногами, стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с локтевой опорой о стол или стойку, дистанция 5 м., наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, метание мяча весом 150 гр. (III степень (11-12 лет)).
5. Настоящее Постановление вступает в силу со дня его размещения на официальном сайте администрации МР «Тарусский район» в сети Интернет.
6. Контроль за исполнением данного постановления возложить на В.С. Трошину, заместителя главы администрации муниципального района «Тарусский район».

Глава администрации  
МР «Тарусский район»



Е.М. Мальцев

## **ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ испытаний (тестов) и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (III степень (11-12 лет)) на май 2016 года.**

### **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Целями ВФСК ГТО являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачами ВФСК являются:

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий.

### **2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

Испытания (тесты) ВФСК ГТО проводятся в г. Таруса.

19 мая 2016 года в 13.00 часов на базе МБОУ ДО ДЮСШ (ул. Ленина 74а) – бег на 60 м., бег на 1500 м., бег на 2000 м., (III степень, (11-12 лет)).

26 мая 2016 года в 13:00 часов на базе МБОУ ДО ДЮСШ (ул., Ленина 74а) — прыжки в длину с места толчком двумя ногами (см), стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с локтевой опорой о стол или стойку, дистанция 5 м (очки), наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи — см), подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз), метание мяча весом 150 гр. (м.) (III степень, (11-12 лет)).

### **3. УСЛОВИЕ ПРОВЕДЕНИЯ, РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЯМИ**

Общее руководство проведением испытаний (тестов) осуществляет отдел туризма, спорта и социального развития администрации МР «Тарусский район», отдел образования администрации МР «Тарусский район».

Непосредственное проведение испытаний (тестов и нормативов) ВФСК ГТО возлагается на МБОУ ДО ДЮСШ.

### **4. СОСТАВ УЧАСТНИКОВ**

Все желающие лица, относящиеся к III возрастной ступень (11-12 лет), подавшие заблаговременно заявку на прохождение испытаний (тестов) в центр тестирования (СК «Лидер»).

### **5. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники прошедшие тестирование, выполнившие нормативы, установленные государственными требованиями и претендующие на награждение соответствующими знаками отличия ВФСК ГТО произведенные после соответствующего анализа и обобщения сводного протокола муниципального образования направленного в субъект Российской Федерации, который в свою очередь, направляет его в организацию осуществляющую анализ, обобщение, формирование сводного протокола Российской Федерации для представления его в организацию осуществляющую принятие решения о награждении граждан соответствующими знаками отличия ВФСК ГТО.



**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**  
**по выполнению испытаний (тестов) и нормативов**  
**Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО**  
**на май 2016 г.**

№ п/п	Вид испытания (тест)	Место тестирования	Дата тестирования	Время начала приёма тестов	Степень тестируемых (возрастная группа)	Примечание
1	Бег на 60 м (с)	МБОУ ДО ДЮСШ	19.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
2	Бег на 1.5 км (мин, с)	МБОУ ДО ДЮСШ	19.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
3	Бег на 2 км (мин, с)	МБОУ ДО ДЮСШ	19.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
<b>Пересдача:</b>						
4	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтевой о стол или стойку, дистанция-5 м (очки)	МБОУ ДО ДЮСШ	26.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
5	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами (см)	МБОУ ДО ДЮСШ	26.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
6	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи – см)	МБОУ ДО ДЮСШ	26.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
7	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	МБОУ ДО ДЮСШ	26.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
8	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	МБОУ ДО ДЮСШ	26.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	
9	Метание мяча весом 150 г (м)	МБОУ ДО ДЮСШ	26.05.2016	13.00	III степень (11-12 лет)	

Специалист центра тестирования \_\_\_\_\_

С.А. Остапенко