государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» пос. Поляков

муниципального района Большечерниговский Самарской области

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель ШСК ГБОУ СОШ
«ОЦ» пос. Поляков

_____Шидловский В. В.

УТВЕРЖДЕНО:
директор
ГБОУ СОШ "ОЦ" пос. Поляков
_____Шидловская Е. А.
Приказ № 39-од от 24.10.2026

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении ежегодных комплексных соревнований школьного спортивного клуба «Будь сильным, смелым, ловким» по нормативам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в ГБОУ СОШ «ОЦ» пос. Поляков

ЭП

C=RU, O="ГБОУ СОШ
""ОЦ""пос. Поляков",
CN=Шидловская Е_ А_,
E=so_polsk_sch@samara.edu.ru
00cdbedd50c92f0bcf
2026-10-24 11:13:32

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения комплексных соревнований «Будь сильным, смелым, ловким» по нормативам ВФСК «ГТО» (далее — соревнования) среди обучающихся 1–11 классов ГБОУ СОШ «ОЦ» пос. Поляков, организационное и методическое обеспечение, порядок участия и определения победителей.

II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель: популяризация здорового образа жизни, физической культуры и комплекса ГТО среди обучающихся.

Задачи:

- вовлечение учащихся 1–11 классов в регулярные занятия физической культурой и спортом;
- оценка уровня физической подготовленности обучающихся по ступеням ГТО;
- формирование навыков соревновательной деятельности и культуры здорового образа жизни;
- выявление сильнейших учащихся и команд классов для участия в муниципальных этапах ГТО;
- укрепление взаимодействия семьи и школы в вопросах физического воспитания.

III. РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЯМИ

Общее руководство осуществляет администрация ГБОУ СОШ «ОЦ» пос. Поляков и руководитель школьного спортивного клуба (ШСК).

Непосредственное проведение возлагается на главную судейскую коллегию (учителя физической культуры, приглашённые судьи), утверждённую приказом директора.

Оргкомитет обеспечивает материально-техническое оснащение, подготовку площадок, судейских протоколов и наградной атрибутики.

IV. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся ежегодно в мае на базе ГБОУ СОШ «ОЦ» пос. Поляков (спортивный зал, стадион).

Точные сроки и время проведения устанавливаются приказом директора школы.

V. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ

Безопасность участников и зрителей, соблюдение противопожарных норм обеспечивает администрация школы.

На всех площадках присутствует медицинский работник.

Классные руководители и сопровождающие педагоги несут персональную ответственность за дисциплину, порядок и безопасность учащихся в период проведения соревнований, обеспечивают организованную явку участников.

Перед стартом со всеми участниками проводится инструктаж по технике безопасности.

VI. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В соревнованиях принимают участие обучающиеся 1–11 классов ГБОУ СОШ «ОЦ» пос. Поляков, имеющие медицинский допуск и письменное согласие родителей (законных представителей).

Участники распределяются по ступеням ВФСК «ГТО» в соответствии с возрастом:

- I ступень — 6–8 лет (1–2 классы);
- II ступень — 9–10 лет (3–4 классы);
- III ступень — 11–12 лет (5–6 классы);
- IV ступень — 13–15 лет (7–9 классы);
- V ступень — 16–17 лет (10–11 классы).

Состав команды от класса: до 12 человек (юноши и девушки в соответствии со ступенями).

VII. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Программа включает испытания по нормативам ВФСК «ГТО», адаптированные для школьного этапа.

I ступень (6–8 лет):

- бег 30 м;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- сгибание-разгибание рук в упоре лёжа на полу (для мальчиков и девочек);
- наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье.

II ступень (9–10 лет):

- бег 60 м;
- прыжок в длину с места;
- подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики) / сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (девочки);
- наклон вперёд на скамье.

III ступень (11–12 лет):

- бег 60 м;
- прыжок в длину с места;
- подтягивание (мальчики) / отжимания (девочки);
- наклон вперёд;
- челночный бег 3×10 м.

IV ступень (13–15 лет):

- бег 60 м или 100 м (по выбору);
- прыжок в длину с места;
- подтягивание (мальчики) / отжимания (девочки);

- наклон вперёд;
- поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту.

V ступень (16–17 лет):

- бег 100 м;
- прыжок в длину с места;
- подтягивание (юноши) / отжимания (девушки);
- наклон вперёд;
- поднимание туловища за 1 минуту.

Для всех ступеней допускается выполнение нормативов на бронзовый, серебряный или золотой знак в рамках школьного этапа (по желанию участника).

VIII. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Для участия в соревнованиях классные руководители подают в оргкомитет:

- заявку на участие класса (по установленной форме) с отметкой медработника о допуске каждого участника, заверенную подписью классного руководителя;
- письменное согласие родителей (законных представителей) на участие ребёнка в соревнованиях и обработку персональных данных;
- при наличии — данные о текущих знаках отличия ГТО (для учёта в командном зачёте).

Заявки принимаются не позднее чем за 5 дней до даты проведения. При отсутствии документов результаты участника не учитываются.

IX. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Командное первенство определяется по сумме баллов, набранных участниками класса.

Баллы начисляются по шкале:

- золотой знак — 3 балла;
- серебряный знак — 2 балла;
- бронзовый знак — 1 балл;
- выполнение норматива без знака — 0,5 балла.

При равенстве баллов преимущество получает класс, показавший лучшие результаты в силовых испытаниях (подтягивание/отжимания). Личное первенство определяется в каждой возрастной ступени и полу по лучшим результатам в отдельных тестах.

X. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

- Команды-победители (1–3 места в общешкольном командном зачёте) награждаются кубками и грамотами.
- Классы-победители в параллелях — грамотами и памятными призами.
- Победители и призёры в личном первенстве по ступеням — грамотами и медалями.
- Участникам, выполнившим нормативы на знак отличия, вручаются удостоверения и знаки ГТО (по линии центра тестирования).