



№ _____

На № _____ от _____

**Руководителям
отделов (управлений) образования
Исполнительных комитетов
муниципальных образований
Республики Татарстан**

**Руководителям профессиональных
образовательных организаций
Республики Татарстан**

О реализации комплекса ВФСК ГТО

Уважаемые руководители!

Министерство образования и науки Республики Татарстан (далее – Министерство) информирует вас о том, что по итогам работы по внедрению Комплекса ГТО ежеквартально составляется рейтинг среди субъектов Российской Федерации. В начале 2019 года Республика Татарстан заняла в рейтинге 7 место.

По большинству критериев рейтинга Республика Татарстан находится в числе лидеров. При этом по следующим критериям Республика Татарстан в числе аутсайдеров среди субъектов Российской Федерации:

- «Доля населения, принявшего участие в выполнении нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО от общей численности населения, проживающего на территории субъекта Российской Федерации, зарегистрированного в электронной базе данных»;

- «Доля населения, выполнившего нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на знаки отличия, от общей численности населения, принявшего участие в выполнении нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО».

Учитывая вышеизложенное, Министерство рекомендует объявить первое полугодие 2019-2020 учебного года в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях «Полугодием ГТО».

В целях активизации деятельности по реализации мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и выполнению режима двигательной активности обучающихся Министерство

направляет вам методические рекомендации для организации соответствующей работы.

Приложение: на 5 л. в 1 экз.

Заместитель министра

С.Р.Андреев

Методические рекомендации
по реализации мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

I. Основные направления реализации мероприятий ВФСК ГТО.

нормативно-правовое, организационное, материально-техническое и информационно-методическое обеспечение реализации мероприятий ВФСК ГТО в образовательных организациях;

организация тестирования обучающихся на выполнение нормативов ВФСК ГТО во взаимодействии с центрами тестирования и местами тестирования;

тиражирование положительного опыта подготовки обучающихся к выполнению нормативов и требований ВФСК ГТО и повышения уровня знаний в области физической культуры и спорта средствами физического, духовно-нравственного, патриотического воспитания и туристско-краеведческой деятельности с учетом исторических, культурных и национальных особенностей;

разработка, утверждение и реализация комплекса мер, направленных на популяризацию ВФСК ГТО среди обучающихся и их вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом;

информационное сопровождение реализации мер ВФСК ГТО в образовательных организациях;

проведение мониторинга внедрения ВФСК ГТО в образовательных организациях.

II. Показатели эффективности реализации ВФСК ГТО.

1. Доля обучающихся, принявших участие в выполнении нормативов ВФСК ГТО в течение учебного года, от общего количества обучающихся %.
2. Доля обучающихся, выполнивших нормативы ВФСК ГТО на знаки отличия, от количества обучающихся, принявших участие в тестировании в течение учебного года, %.
3. Доля обучающихся, систематически посещающих занятия физкультурно-спортивной направленности в рамках дополнительного образования, от общего количества обучающихся (на основании статистической отчетности 5-ФК, 1-ДО, 1-Доп).
4. Доля обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом, от общего количества обучающихся (на основании статистической отчетности 1-ФК).
5. Доля педагогических работников, прошедших с 2014 года повышение квалификации по программам дополнительного образования, включающим вопросы в реализации ВФСК ГТО, организация физкультурно-массовой работы, от общего количества педагогических работников.

6. Доля образовательных организаций, имеющих на официальных сайтах разделы, посвященные ВФСК ГТО, от общего количества образовательных организаций, имеющих официальные сайты и периодически обновление сайтов.

7. Доля общеобразовательных организаций, имеющих школьные спортивные клубы, от общего количества общеобразовательных организаций.

III. План мероприятий, рекомендованных к проведению в 2019-2020 учебном году и направленных на популяризацию ВФСК ГТО.

сентябрь (четвертая пятница) – день легкоатлетических видов: бег на 2 км и 3 км;
октябрь (третья пятница) – день ОФП: подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;

ноябрь (третья пятница) – день плавания;

декабрь (третья пятница) – день стрельбы;

январь (третья пятница) – день гимнастики;

февраль (третья пятница) – день лыжных гонок;

март (третья пятница) – день прыжков;

апрель (третья пятница) – день ОФП: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;

май (третья пятница) – день туризма;

июнь (третья пятница) – день ГТО в пришкольных лагерях.

Выполнение нормативов ВФСК ГТО просим освещать в социальных сетях под хештегами: #ГТОМОИНРТ, #ГТОРТ, #ГТО.

Информацию о проведенных мероприятиях, количество приступивших к нормативам ГТО, количество выполнивших нормативы ГТО, количество результатов введенных в систему АИС ГТО, количество выполнивших нормативы ГТО на знаки (бронза, серебро, золото) просим вас направить до 25 сентября 2019 года, далее ежеквартально до 25 числа на электронную почту: zalyaev_ilfir96@mail.ru.

IV. Организации мероприятий, направленных на выполнение недельного двигательного режима в образовательных организациях.

Помимо нормативно-тестирующей части Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 08 июля 2014 года № 575, содержат рекомендации к недельному двигательному режиму по каждой возрастной ступени комплекса.

Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, не менее (мин)					
	I ступень (6-8 л.)	II ступень (9-10л.)	III ступень (11-12 л.)	IV ступень (13-15 л.)	V ступень (16-17 л.)	VI ступень (18 л.)
Утренняя	70	70	105	140	140	140

гимнастика						
Обязательные учебные занятия	135	135	135	135	135	90
Двигательная активность в процессе учебного дня	120	120	120	100	75	75
Организованные занятия в спорт. секциях и кружках	90	90	90	90	135	120
Самостоятельные занятия физ. культурой	90	90	90	90	120	120
ИТОГО	≥ 8 час.	≥ 8 час.	≥ 9 час.	≥ 9 час.	≥ 9 час.	≥ 9 час.

В образовательных организациях необходимо создать условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении (СанПиН. 2.4.2.2821-10 пп. 10.17, 10.20, 10.21, 10.22).

Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- утренней гимнастики перед началом занятий или после первого урока;
- физкультминуток и динамических пауз на уроках;
- динамических перемен;
- спортивных соревнований, занятий в спортивных кружках и секциях, массовых спортивно-оздоровительных мероприятий.

Поволжской государственной академией физической культуры, спорта и туризма разработаны методические рекомендации по проведению утренней гимнастики в образовательных организациях. Утреннюю гимнастику рекомендуется проводить перед началом занятий или после первого урока. Методические рекомендации и видеокомплексы утренней гимнастики, рекомендованные к проведению в образовательных организациях, размещены на сайте Министерства образования и науки Республики Татарстан в разделе «Образование/Воспитание, дополнительное образование детей/Здоровьеберегающее и физкультурно-спортивное направление/Недельный двигательный режим».

Динамические паузы являются неотъемлемой частью урока. В связи с этим проведение физкультурных минуток является обязательным этапом урока на всех ступенях обучения. Для проведения физкультминуток рекомендовано использовать комплексы упражнений, предложенные в Приложениях 4, 5 к «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (СанПиН. 2.4.2.2821-10). Рекомендуется проводить уроки в режиме частой смены динамических поз с использованием офтальмотренажеров, рекомендованных профессором В.Ф. Базарным.

Большие перемены, предусмотренные в распорядке дня общеобразовательных организаций, необходимо максимально использовать для

организации динамических пауз. В ежедневные динамические паузы рекомендуется включать двигательно-активные виды деятельности учащихся на спортивных площадках, в спортивных, тренажерных, теннисных залах, танцевальных классах.

К организации утренней зарядки, динамических пауз на больших переменах необходимо привлекать учителей физической культуры, классных руководителей, членов ученического самоуправления.

В результате реализации формирования эффективной системы физического воспитания обучающихся, обеспечивающей:

- укрепление здоровья, гармоничное физическое и нравственное развитие обучающихся;

- повышение уровня физической подготовленности и двигательной активности обучающихся;

- повышение у обучающихся уровня знаний в области физической культуры и спорта;

- формирование у обучающихся осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.

V. Предлагаемые мотивационные меры поощрения обучающихся и студентов.

Руководителям органов управления в сфере образования, образовательных организаций, предусмотреть меры поощрения обучающихся, активно участвующих в реализации мероприятий по продвижению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), на основании приказа Министерства образования и науки Республики Татарстан от 17.11.2014 года №6564/14 «О поощрении обучающихся общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций Республики Татарстан, активно внедряющих «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО):

- благодарственное письмо руководителя образовательной организации «За успехи в выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;

- благодарственное письмо руководителя образовательной организации в адрес родителей «За успехи в выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;

- награждение ценным подарком;

- единовременная денежная премия;

- занесение фамилий обучающихся на Доску Почета, в Книгу Почета образовательной организации, муниципального района

- создание Аллеи Спортивных достижений образовательной организации, муниципального района с занесением фамилий обучающихся

- посещение на бесплатной основе республиканских, всероссийских, международных спортивных соревнований;

предоставление абонементов на бесплатные занятия в спортивно-оздоровительных комплексах;

предоставление бюджетных путевок в загородные оздоровительные лагеря.