

Порядок организации и проведения тестирования групп населения в рамках реализации мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

I. Общие положения

1.1. Порядок организации и проведения тестирования групп населения в рамках реализации мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Порядок) разработан в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», пунктом 18 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540, и Планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Приморском крае, утвержденного распоряжением администрации Приморского края от 27.08.2014 № 304-ра (далее – План).

1.2. Порядок определяет последовательность организации и проведения тестирования групп населения по выполнению государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации от 8 июля 2014 г. № 575 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» в соответствии с Планом.

1.3. Организация и проведение тестирования осуществляется для следующих групп населения:

лица, обучающиеся в образовательных организациях;

лица, занятые в трудовой деятельности;

неработающее население и пенсионеры.

1.4. Организация и проведение тестирования проводится центрами тестирования, расположенными на территории Дальнереченского муниципального района по

выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта (далее – Центр тестирования).

II. Организация тестирования

2.1. Лицо, желающее участвовать в тестировании (далее – Участник), направляет в центр тестирования предварительную заявку на прохождение тестирования (далее – Заявка), лично.

2.2. В заявке указываются:

фамилия, имя, отчество (при наличии);

дата рождения;

данные документа, удостоверяющего личность гражданина Российской Федерации, для лиц, не достигших возраста четырнадцати лет данные свидетельства о рождении;

адрес места жительства;

контактный телефон, адрес электронной почты;

основное место учебы, работы (при наличии);

спортивное звание (при наличии);

почетное спортивное звание (при наличии);

спортивный разряд с указанием вида спорта (при наличии);

согласие на обработку персональных данных;

К Заявке прилагаются две фотографии размером 3.5x4.5 см (на бумажном либо электронном носителе).

2.4. От имени Участников могут выступать физические лица, имеющие такое право в соответствии с законодательством Российской Федерации либо в силу наделения их соответствующими полномочиями в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

2.5. Центр тестирования принимает Заявки и формирует единый список участников. Допускается прием коллективных заявок, при выполнении условий указанных в пункте 2.1 настоящего Порядка.

2.6. Центр тестирования составляет график проведения тестирования, который размещается на официальном сайте djushmih.wix.com/sportschool каждую четвертую неделю месяца.

2.7. Центр тестирования размещает на официальном сайте адресный перечень мест тестирования с указанием видов испытаний (тестов) соответствующих месту проведения тестирования за 14 дней до дня проведения тестирования.

2.8. Центр тестирования осуществляет в день проведения тестирования допуск участников к прохождению тестирования при предъявлении ими документов, указанных в пункте 2.10 настоящего Порядка.

2.9. Центр тестирования выдает участникам, получившим допуск к прохождению тестирования, учетную карточку для учета выполнения государственных требований.

2.10. Для получения допуска к прохождению тестирования участник представляет в центр тестирования следующие документы:

документ, удостоверяющий личность гражданина Российской Федерации, для лиц, не достигших четырнадцати лет свидетельство о рождении, либо их копии;
медицинское заключение о допуске к занятиям физической культурой и массовым спортом, выданное по результатам медицинского осмотра (обследования), проведенного в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.03.2016г. №134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»».

2.11. Основанием для отказа в допуске участника к прохождению тестирования является непредоставление Заявки и документов, указанных в пункте 2.10 настоящего Порядка.

2.12. Центр тестирования обеспечивает условия для организации оказания медицинской помощи при проведении тестирования, а также меры по обеспечению безопасности в местах тестирования.

III. Проведение тестирования

3.1. В целях оценки участниками своих физических способностей, тестирование проводится в последовательности, установленной настоящим Порядком.

3.2. Тестирование осуществляется в следующей последовательности:

выполнение физических упражнений для подготовки к прохождению тестирования под руководством специалиста в области физической культуры и спорта или самостоятельно;
тестирование по видам испытаний (тестов), позволяющих определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков, установленных государственными требованиями:

оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта в соответствии с государственными требованиями.

3.3. Тестирование, позволяющее определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков, осуществляется в следующей последовательности по видам испытаний (тестов):

на гибкость;

на координационные способности, на силу;

на скоростные возможности, на скоростно-силовые возможности; на прикладные навыки; на выносливость.

3.4. Соблюдение последовательности выполнения тестирования, а также соблюдение государственных требований осуществляется спортивным судьей, который прошел специальную подготовку и получил соответствующую квалификацию в соответствии с положением о спортивных судьях, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.09.2015г.№913 «Об утверждении Положения о спортивных судьях».

3.5. После тестирования по каждому виду испытаний (тестов) спортивный судья сообщает участникам их результаты.

3.6. Результаты тестирования каждого участника заносятся спортивным судьей в протокол, копия которого размещается на информационном стенде в центре тестирования для ознакомления участниками.

3.7. После внесения результатов тестирования участника в протокол, результаты тестирования участника заносятся в учетную карточку для учета выполнения государственных требований.

3.8. Протокол является основанием для представления участника к награждению соответствующим знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО).

3.9. В случае утери участником учетной карточки для учета выполнения государственных требований центр тестирования выдает ее дубликат.

3.10. Повторное участие в тестировании проводится не чаще одного раза в три месяца со дня подачи предыдущей заявки в центр тестирования.

IV. Перечень оборудования, инвентаря и расходных материалов для проведения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для Центров тестирования

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Количество участников, тестируемых	Необходимые оборудование, инвентарь, расходные материалы
-------	------------------------	------------------------------------	--

		одновременно одной бригадой спортивных судей	
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз)	2-4	перекладины стационарные или навесные, стулья и гимнастические маты по числу мест тестирования + не менее 2 разминочных оборудованных мест, магnezия, наждачная бумага, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол, стулья для судей, секундомер, «листы счета», протоколы, авторучки, разметочная лента
2	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (раз)	2-4	перекладины навесные, секции шведской стенки, стулья и гимнастические маты по числу мест тестирования + не менее 2 разминочных оборудованных мест, магnezия, наждачная бумага, гимнастическая скамья для участниц, нагрудные номера, стол, стулья для судей, рулетка 3м, секундомер, «листы счета», протоколы, авторучки, разметочная лента
3	Сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула	2-3	«контактные платформы» и гимнастические коврики по числу мест тестирования, 1 разминочное оборудованное место, магnezия, нагрудные номера, гимнастическая скамья для участниц, стол, стулья для судей, транспортёр, секундомер, «листы счета», протоколы, авторучки, разметочная лента
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье	2-3	2 гимнастических скамьи (соревновательная и разминочная), к которым прикреплены измерительные линейки, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол, стулья для судей, протоколы, авторучки, разметочная лента
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине	2-3	по 2 гимнастических мата по числу мест тестирования, 2 разминочных оборудованных места, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол и стулья для судей, «листы счета», протоколы, авторучки, разметочная лента
6	Рывок гири 16 кг (раз)	2	2 помоста 2x2м, 1 разминочный оборудованный помост, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол и стулья для судей, секундомер, «листы счета», протоколы, авторучки, разметочная лента
7	Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м)	2	2 -гимнастических обруча для тестирования и 2 гимнастических обруча для разминки, кронштейны для крепления обручей, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол и стулья для судей, рулетка 10м, протоколы, авторучки, разметочная лента, не менее 20 мячей
8	Челночный бег 3x 10м	2	ровная нескользкая площадка (18x5м), мел, рулетка 10м, судейский свисток, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол и стулья для судей, протоколы, авторучки, разметочная лента
9	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	2	рулетка 5 м, гимнастическая скамья для участников, нагрудные номера, стол и стулья для судей, протоколы, авторучки, разметочная лента, грабли и лопата для разравнивания ямы с песком
10	Прыжок в длину с	2	рулетка 10 м, гимнастическая скамья для

	разбега (см)		участников, нагрудные номера, стол и стулья для судей, протоколы, авторучки, разметочная лента, грабли и лопата для выравнивания ямы с песком
11	Метание мяча (150г), спортивных снарядов (500г и / или 700г)	2	2 рулетки 50 м, 2 гимнастических скамьи для участников, наличие не менее 12 мячей, по 9 спортивных снарядов по 500 г и по 700 г, нагрудные номера, 2 стола и стулья для судей, протоколы, авторучки, «домики» для показа метража от 20 до 50м на каждом из 2-х «коридоров», разметочная лента
12	Бег на 30м, 60м, 100м	3-4	рулетка 50 м, стартовые колодки (4 пары соревновательные и 1 разминочная), 2 гимнастических скамьи для участников, нагрудные номера, судейский свисток, судейские флажки для отмашки (2 белых и 2 красных), радиомегафон, стол и стулья для судей, «финишки», секундомеры по числу дорожек (плюс 2 запасных), протоколы, авторучки, мел или краска для разметки беговых дорожек, тумбы «Старт, Финиш», финишная лента
13	Бег на 1000м, 1500м, 2000м, 3000м	10-20	рулетка 50 м, 2 гимнастических скамьи для участников, нагрудные номера, судейский свисток, судейские флажки для отмашки (2 белых и 2 красных), радиомегафон, стол и стулья для судей, секундомеры (2 шт. с памятью и 2 запасных), «финишки», протоколы, авторучки, мел для разметки дистанции, тумбы «Старт, Финиш», финишная лента и разметочная лента
14	Смешанное передвижение на 1км, 2км, 3км, 4км	15-20	рулетка 50м, 2 гимнастических скамьи для участников, нагрудные номера, судейский свисток, судейские флажки для отмашки (2 белых и 2 красных), радиомегафон, стол и стулья для судей, секундомеры (2 шт. с памятью и 2 запасных), «финишки», протоколы, авторучки, мел для разметки дистанции, тумбы «Старт, Финиш», финишная лента и разметочная лента
15	Скандинавская ходьба на 2 км, 3км, 4км	15-20	рулетка 50м, 2 гимнастических скамьи для участников, нагрудные номера, судейский свисток, судейские флажки для отмашки (2 белых и 2 красных), радиомегафон, стол и стулья для судей, секундомеры (2 шт. с памятью и 2 запасных), «финишки», протоколы, авторучки, мел для разметки дистанции. тумбы «Старт, Финиш», финишная лента и разметочная лента
16	Бег на лыжах и передвижение на лыжах 1км, 2км, 3км, 4км, 5км	100-200 (последовательно непрерывно)	рулетка 50 м или 100 м, термометры (воздуха и снега), снегоход для подготовки трасс, бензин для снегохода, теплые раздевалки, прокат лыжного инвентаря (на 150 – 200 пар одновременно), места подготовки лыж (столы и станки), нагрудные номера, радиомегафон, мобильная связь с контролерами, столы и стулья для судей, авиационные часы или секундомеры с памятью (4 шт и 2 запасных), «финишки», протоколы, листы контролеров, авторучки, карандаши, транспаранты «Старт, Финиш», отметки километража, разметочная лента и флажки
17	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1км, 1,5км, 2км, 3км	100-200 (последовательно непрерывно)	рулетка 50 м или 100 м, теплые раздевалки, нагрудные номера, радиомегафон, мобильная связь с контролерами, столы и стулья для судей, авиационные часы или секундомеры с памятью (4 шт и 2 запасных), «финишки», протоколы, листы контролеров, авторучки, карандаши,

			транспаранты «Старт, Финиш», отметки километража, разметочная лента и флажки.
18	Кросс по пересеченной местности на 2км, 3км, 5км	100-250 (последовательно непрерывно)	рулетка 50 м или 100 м, термометр (воздуха), теплые раздевалки, нагрудные номера, радиомегафон, мобильная связь с контролерами, столы и стулья для судей, авиационные часы или секундомеры с памятью (4 шт и 2 запасных), «финишки», протоколы, листы контролеров, авторучки, карандаши, транспаранты «Старт, Финиш», отметки километража, разметочная лента и флажки.
19	Плавание 10м, 15м, 25м, 50м	4-6	бассейн или открытый оборудованный для плавания водоем, рулетка (10-50 м), секундомеры с памятью по числу дорожек и 2 запасных, «финишки», протоколы, авторучки, свисток
20	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5м, 10м (мишень №8)	4-10	тир или оборудованное помещение на 6-10 щитов, мишенные установки, осветительные приборы, рулетка 10 м, пневматические винтовки по числу щитов плюс 3 запасных, мишени №8 по 2 штуки и пульки по 8 штук на тестируемого, шаблоны для определения достоинства пробойн (3шт), зрительные трубы не менее 2 шт., секундомеры 2 шт, протоколы, авторучки, клей, бумага
21	Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5м, 10м (мишень №8)	4-10	тир или оборудованное помещение на 6-10 щитов, мишенные установки, осветительные приборы, рулетка 10 м, винтовки с электронным подключением к компьютеру по числу щитов плюс 3 запасных, мишени №8, зрительные трубы не менее 2 шт., секундомеры 2 шт., протоколы, авторучки, бумага
22	Туристский поход на 5км, 10км, 15км с проверкой туристских навыков	10-20 групп по 10 чел.	рюкзаки, туристские ботинки, штормовые костюмы по числу тестируемых, палатки, костровое оборудование, карты и компасы в 2 комплекте по числу групп, аптечки, мобильная связь, протоколы, авторучки, бумага, разметочная лента, флажки, мегафон, обвязки и веревки 50 м (по 8 на 2 группы)
23	Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта	15-20 чел. в смене	компьютерный класс, протоколы, авторучки, бумага

