Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)" Правительство Российской Федерации

**Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 “Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)” (не вступило в силу)**

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. № 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)" Правительство Российской Федерации постановляет:

1.Утвердить прилагаемое [Положение](http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70575222/#1000) о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО).

2.Рекомендовать органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органам местного самоуправления при формировании проектов бюджетов на очередной финансовый год и плановый период предусматривать финансовое обеспечение расходов на реализацию мероприятий, предусмотренных планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

|  |  |
| --- | --- |
| Председатель Правительства Российской Федерации | Д. Медведев |

**Положение  
о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)  
(утв.** [**постановлением**](http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70575222/#0) **Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540)**

**I. Общие положения**

1.Настоящее Положение определяет цель, задачи, структуру, содержание и организацию работы по внедрению и дальнейшей реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) - программной и нормативной основы системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации (далее - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс).

2.Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации.

3.Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 70 лет и старше) населения Российской Федерации (далее - возрастные группы) установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (далее - нормативы).

4.Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс основывается на следующих принципах:

а) добровольность и доступность;

б) оздоровительная и личностно ориентированная направленность;

в) обязательность медицинского контроля;

г) учет региональных особенностей и национальных традиций.

**II. Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**

5.Целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 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.

6. Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

а)увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;

б)повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;

в)формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;

г)повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

д)модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

**III.Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**

7.Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса состоит из 11 ступеней и включает следующие возрастные группы:

первая ступень - от 6 до 8 лет;

вторая ступень - от 9 до 10 лет;

третья ступень - от 11 до 12 лет;

четвертая ступень - от 13 до 15 лет;

пятая ступень - от 16 до 17 лет;

шестая ступень - от 18 до 29 лет;

седьмая ступень - от 30 до 39 лет;

восьмая ступень - от 40 до 49 лет;

девятая ступень - от 50 до 59 лет;

десятая ступень - от 60 до 69 лет;

одиннадцатая ступень - от 70 лет и старше.

8.Нормативно-тестирующая часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса предусматривает государственные требования к уровню физической подготовленности населения на основании выполнения нормативов и оценки уровня знаний и умений, состоит из следующих основных разделов:

а) виды испытаний (тесты) и нормативы;

б)требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;

в)рекомендации к недельному двигательному режиму. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов утверждаются Министерством спорта Российской Федерации по согласованию с Министерством образования и науки Российской Федерации, Министерством обороны Российской Федерации и Министерством здравоохранения Российской Федерации.

9. Виды испытаний (тесты) и нормативы включают в себя:

а)виды испытаний (тесты), позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков;

б)нормативы, позволяющие оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека.

10.Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.

11.Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса подразделяются на:

а)испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;

б) испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;

в) испытания (тесты) по определению уровня развития силы;

г) испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

12.Испытания (тесты) по выбору в соответствии со ступенями структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса подразделяются на:

а)испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей;

б)испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей;

в)испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.

13.Лица, выполнившие нормативы, овладевшие знаниями и умениями определенных ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, награждаются соответствующим знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, образец и описание которого утверждаются Министерством спорта Российской Федерации. Порядок награждения граждан знаками отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и присвоения им спортивных разрядов утверждается Министерством спорта Российской Федерации.

14.Лица, имеющие одно из спортивных званий или спортивные разряды не ниже второго юношеского и выполнившие нормативы, соответствующие серебряному знаку отличия, награждаются золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

15.Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта включают проверку знаний и умений по следующим вопросам:

а) влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;

б) гигиена занятий физической культурой;

в)основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;

г) основы методики самостоятельных занятий;

д) основы истории развития физической культуры и спорта;

е)овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

16.Рекомендации к недельному двигательному режиму предусматривают минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья.

17.Спортивная часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса направлена на привлечение граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом с учетом половых и возрастных групп с целью выполнения нормативов и получения массовых спортивных разрядов, включает нормативы, требования и условия их выполнения для многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс. Виды многоборий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса утверждаются Министерством спорта Российской Федерации.

18.Порядок организации и проведения тестирования населения утверждается Министерством спорта Российской Федерации.

Министерством обороны Российской Федерации по согласованию с Министерством спорта Российской Федерации утверждается порядок организации и проведения тестирования лиц, подлежащих призыву на военную службу, а также лиц, обучающихся в подведомственных ему образовательных учреждениях, и соответствующего гражданского персонала.

**IV.Организация работы по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**

19.К выполнению нормативов допускаются лица, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации.

20.Субъекты Российской Федерации вправе по своему усмотрению дополнительно включить во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс на региональном уровне 2 вида испытаний (тестов), в том числе по национальным, военно-прикладным видам спорта (дисциплинам), а также по наиболее популярным в молодежной среде видам спорта.

21.Требования к уровню физической подготовленности при выполнении нормативов учитываются в образовательных программах образовательных организаций по предмету (дисциплине) "Физическая культура".

22.Поступающие на обучение по образовательным программам высшего образования вправе представлять сведения о своих индивидуальных достижениях в области физической культуры и спорта, наличии знаков отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, которые учитываются образовательными организациями при приеме на основании порядка учета индивидуальных достижений, установленных правилами, утверждаемыми образовательными организациями самостоятельно.

23.Обучающимся, имеющим золотой знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, может быть назначена повышенная государственная академическая стипендия в порядке, установленном Министерством образования и науки Российской Федерации.

24.Подготовка к выполнению и выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса различными возрастными группами могут осуществляться в рамках мероприятий международного движения "Спорт для всех", а также предусматривать проведение мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса совместно с мероприятиями общероссийского движения "Спорт для всех", проводимых на муниципальном, региональном и федеральном уровнях.

25.Лица, осуществляющие трудовую деятельность, ведут подготовку к выполнению, а также непосредственное выполнение нормативов в ходе мероприятий, проводимых работодателем. Рекомендации для работодателей по организации, подготовке и выполнению нормативов для лиц, осуществляющих трудовую деятельность, утверждаются Министерством спорта Российской Федерации. Работодатель вправе поощрять в установленном порядке лиц, выполнивших нормативы на соответствующий знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

26.Для выполнения государственных требований к оценке общего уровня физической подготовленности населения на основании результатов выполнения нормативов и оценки уровня знаний и умений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в субъектах Российской Федерации создаются центры тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта. Порядок создания и положение об указанных центрах тестирования утверждаются Министерством спорта Российской Федерации по согласованию с Министерством обороны Российской Федерации в части тестирования лиц, подлежащих призыву на военную службу, а также лиц, обучающихся в подведомственных ему образовательных учреждениях, и соответствующего гражданского персонала.

27.Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Министерства спорта Российской Федерации, Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта включают физкультурные и спортивные мероприятия, предусматривающие выполнение видов испытаний (тестов) и нормативов.

28.Координацию деятельности по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса осуществляет Министерство спорта Российской Федерации.

29.Информационное обеспечение внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса осуществляет Министерство спорта Российской Федерации.

30.Учет данных о выполнении видов испытаний (тестов) и нормативов осуществляется в порядке и по форме федерального статистического наблюдения за реализацией Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, которые утверждаются Министерством спорта Российской Федерации.

**Обзор документа**

Определены цели, задачи, структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

ГТО направлен на увеличение числа граждан, систематически занимающихся физкультурой и спортом, повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни населения страны.

ГТО включает 11 ступеней по возрастным группам (от 6 до 70 лет и старше). Нормативно-тестирующая часть ГТО содержит виды испытаний (тесты) и нормативы, требования к оценке уровня знаний и умений в области физкультуры и спорта, рекомендации к недельному двигательному режиму.

Испытания делятся на обязательные и по выбору. Предусмотрено 3 уровня трудности нормативов, которые соответствуют золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия ГТО.

Регионам дано право дополнительно включить в ГТО 2 вида испытаний (тестов), в том числе по национальным, военно-прикладным дисциплинам, а также по наиболее популярным среди молодежи видам спорта.

Для выполнения требований ГТО в субъектах Федерации планируется создать центры тестирования.

Выполнение нормативов ГТО будут учитывать в школьных образовательных программах, при приеме в вузы. Имеющим золотой знак отличия ГТО может быть назначена повышенная государственная академическая стипендия.

**"Готов к Труду и Обороне"**



**I ступень - "СМЕЛЫЕ и ЛОВКИЕ"**

На золотой значок необходимо выполнить не менее 4 норм на уровне требований, установленных для золотого значка, а 2 нормы - на уровне требований, установленных для серебряного значка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Возраст | **Виды испытаний** | **зачет** | **Золотой значок** |
| **10-11 лет (4 - 5 класс)** | Бег **30** **м** (сек.) | **5,8** | **5,2** |
| Прыжок в длину (см.) или  прыжок в высоту (см.) | **310** | **340** |
| **95** | **105** |
| Метание теннисного мяча **150 г** (м) | **30** | **35** |
| Подтягивание на перекладине (раз) | **3** | **5** |
| Плавание ( без учета времени), м  или плавание **50 м** (мин.,сек.) | **25** | **-** |
| **-** | **1,20** |
| Бег на лыжах **1 км** (мин.,сек) | **8,00** | **7,30** |
| **12-13 лет (6 - 7 класс)** | Бег **60 м** (сек.) | **10,0** | **9,2** |
| Прыжок в длину (см.) или  прыжок в высоту (см.) | **340** | **380** |
| **105** | **115** |
| Метание теннисного мяча **150 г** (м) | **35** | **40** |
| Подтягивание на перекладине (раз) | **5** | **7** |
| Плавание ( без учета времени), м  или плавание **50 м** (мин.,сек.) | **50** | **-** |
| **-** | **1,05** |
| Бег на лыжах **2 км** (мин.,сек) | **14,00** | **13,00** |

**II ступень - "СПОРТИВНАЯ СМЕНА"**

На золотой значок необходимо выполнить не менее 5 норм на уровне требований, установленных для золотого значка (в том числе временной по плаванию), а 2 нормы - на уровне требований, установленных для серебряного значка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Виды испытаний** | **зачет** | **Золотой значок** |
| **14-15 лет (8 - 9 класс)** | Бег **60 м** (сек.) | **9,2** | **8,4** |
| Кросс **500 м** (мин.,сек) | **1,45** | **1,30** |
| Прыжок в длину (см.) или  прыжок в высоту (см.) | **390** | **450** |
| **120** | **130** |
| Метание теннисного мяча **150 г** (м) | **38** | **46** |
| Подтягивание на перекладине (раз) или  подъем из виса в упор переворотом или силой (раз) | **6** | **8** |
| **2** | **3** |
| Плавание **50 м** (мин.,сек.) или  плавание без учета времени, м | **1,00** | **0,50** |
| **100** | **-** |
| Бег на лыжах **3 км** (мин.,сек) | **17,30** | **16,30** |
| Туристский поход с проверкой туристских навыков (км) | **12** | **16** |

**III ступень - *"СИЛА и МУЖЕСТВО"***

На золотой значок необходимо выполнить не менее 4 норм на уровне требований, установленных для золотого значка (в том числе временной по плаванию), а 2 нормы - на уровне требований, установленных для серебряного значка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Виды испытаний** | **зачет** | **Золотой значок** |
| **16-18 лет (10 - 11 класс)** | Бег **100 м** (сек.) | **14,2** | **13,5** |
| Кросс **1000 м** (мин.,сек) | **3,30** | **3,20** |
| Прыжок в длину (см.) или  прыжок в высоту (см.) | **440** | **480** |
| **125** | **135** |
| Подтягивание на перекладине (раз) или  подъем из виса в упор переворотом или силой (раз) | **8** | **12** |
| **3** | **4** |
| Плавание **100 м** (мин.,сек.) или  плавание без учета времени, м | **2,00** | **1,45** |
| **200** | **-** |
| Бег на лыжах **5 км** (мин.,сек)                 или или **10 км** | **27,00** | **25,00** |
| **57,00** | **52,00** |