

Вопрос – ответ:

Что такое комплекс ГТО?

Общероссийское движение «Готов к труду и обороне» — программа физкультурной подготовки, существовавшая в нашей стране с 1931 по 1991 год, которая охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет. С ликвидацией Советского Союза комплекс ГТО прекратил свое существование. С 2014 года происходит возрождение комплекса в условиях современной России.

Современный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Подготовка к выполнению государственных требований комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки, в учреждениях дополнительного образования (спортивные клубы) и самостоятельно.

Комплекс ГТО состоит **из 11 ступеней** в соответствии с возрастными группами населения от 6 до 70 лет и старше и нормативов **по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам.**

- I. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 6 до 8 лет
- II. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 9 до 10 лет
- III. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 11 до 12 лет
- IV. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 13 до 15 лет
- V. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 16 до 17 лет
- VI. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 18 до 29 лет
- VII. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 30 до 39 лет
- VIII. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 40 до 49 лет
- IX. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 50 до 59 лет
- X. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 60 до 69 лет
- XI. СТУПЕНЬ — возрастная группа от 70 лет и старше

Зачем нужен комплекс ГТО?

Целями ВФСК ГТО являются укрепление здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма. 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, физическое самосовершенствование и ведение 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.

ПРИНЦИПЫ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК ГТО

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.

Что такое нормативы ГТО?

Количественные значения испытаний комплекса ГТО, которые позволяют оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств и умений и навыков согласно возрастным ступеням и полу.

Нормативы измеряются в минутах, секундах, метрах, сантиметрах и количествах раз в зависимости от вида испытаний. Подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.

Нормативы доступны на официальном интернет-портале комплекса ГТО по адресу GTO.ru в разделе «Нормативы».

Что такое знак отличия комплекса ГТО?

По аналогии с медалями в большом спорте это награда, вручаемая участникам за успешное выполнение нормативов определенных возрастных ступеней комплекса ГТО.

Знаки отличия бывают бронзового, серебряного и золотого достоинств в каждой возрастной ступени.

Кто может выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО?

Нормативы испытаний (тестов) ГТО может выполнять население Российской Федерации, относящееся к основной группе здоровья, на основании медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации.

Что мне за это будет?

ГТО — это не просто получение знака отличия, это в первую очередь совершенствование самого себя, своего внутреннего «Я». Подготавливая себя к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса, Вы оттачиваете свою

координацию, становитесь более целеустремленным, морально и физически закаленным.

Знак отличия ГТО — это показатель активной жизненной позиции гражданина Российской Федерации, его стремление к здоровому образу жизни.

Наличие знаков отличия комплекса ГТО (в соответствии с Приказом Министерства образования России № 1147) у поступающих на обучение по образовательным программам высшего образования будет учитываться образовательными организациями высшего образования при приеме. Обучающимся, имеющим золотой знак отличия комплекса ГТО, может быть назначена в установленном порядке повышенная государственная академическая стипендия.

Сколько дней можно выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО в рамках одной возрастной ступени?

Выполнять нормативы ГТО в рамках одной возрастной группы в ступени комплекса можно в течение:

одного учебного года — для школьников (с июля по июнь следующего года);

одного календарного года — для трудоспособного населения (с января по декабрь).

Согласно методическим рекомендациям, опубликованным на сайте ГТО.ru, в один день возможно выполнить три-четыре вида нормативов испытаний (тестов).

Помните, что, в первую очередь, Вы сами должны быть заинтересованы в успешном выполнении нормативов испытаний (тестов), чтобы показать лучший результат.

Соответственно, составляя индивидуальную карту участия в комплексе ГТО, важно грамотно подойти к вопросу распределения нагрузки на ваш организм.

Когда я смогу получить знак отличия?

Знак отличия оформляется после успешного выполнения необходимого количества видов нормативов испытаний (тестов) в пределах вашей возрастной ступени.

Представление к награждению знаков отличия организуется по итогам каждого календарного квартала центром тестирования, после чего издается приказ регионального органа исполнительной власти в области ФКС о награждении серебряными и бронзовыми знаками отличия ГТО, а также приказ Министерства спорта России «О награждении золотыми знаками отличия ВФСК ГТО».

Процедура оформления документов и изготовления знаков занимает 2-3 месяца, в связи с чем предусмотрено 4 сессии вручения знаков.

Если часть нормативов испытаний (тестов) была выполнена на золотой знак отличия, а вторая на серебряный, какой в итоге я получу знак?

Присвоение знака отличия осуществляется по «нижней планке». Если хотя бы один из «обязательных» видов нормативов испытаний (тестов) был Выполнен на бронзовый знак отличия, то будет присвоен бронзовый знак, несмотря на то, что

все остальные нормативы испытаний (тестов) были Выполнены на «золото» или «серебро».

Что такое центр тестирования?

Центр Тестирования — это некоммерческая организация, создаваемая в субъектах РФ, для Выполнения видов нормативов испытаний (тестов).

Место территориальное — это расположение спорт-объекта (бассейн, стрельбище, манеж, спортивный комплекс и др.) на котором центр тестирования устраивает приемку тех, или иных видов нормативов испытаний (тестов).

Зачем нужна регистрация на сайте gto.ru?

Регистрация на сайте gto.ru нужна для того, чтобы Вашей учетной записи был присвоен ID-номер, который является уникальным идентификатором в АИС ГТО, позволяющим выполнять нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО в официальном режиме. Благодаря ID-номеру Вы сможете записаться в ближайший к Вам Центр тестирования для выполнения нормативов ГТО, а также просматривать результаты Выполненных Вами нормативов испытаний (тестов) на сайте gto.ru в режиме on-line.

Почему одной электронной почте присваивается один уникальный идентификационный номер (УИН)?

На одну электронную почту можно зарегистрировать только одного пользователя. Это объясняется тем, что электронная почта является аналогом цифровой подписи. Таким образом, при утере пароля от личного кабинета АИС ВФСК ГТО, пользователь сможет возобновить его работу с помощью электронной почты, указанной при регистрации.

Когда я смогу перевыполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО?

В случае неудачной попытки, Вы можете перевыполнить нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Отметим, выполнение одного норматива испытаний (теста) возможно не более трех раз в течение одного года. Кроме того, одним из условий является двухнедельный перерыв между Выполнениями одного норматива испытания (теста) с момента последней попытки.

Сколько необходимо выполнить нормативов испытаний (тестов) ГТО, чтобы получить знак отличия?

Количество выполненных нормативов испытаний (тестов) для получения знака отличия того или иного достоинства зависит от нормативов вашей возрастной ступени(<http://gto.ru/norms>). Обратите внимание, что в каждой такой ступени есть «обязательные» испытания, и испытания «по выбору».

Будьте внимательны, при выполнении нормативов испытаний (тестов) «по выбору», могут быть предложены «альтернативные» тесты. При выполнении нескольких «альтернативных» нормативов испытаний (тестов) засчитывается выполнение норматива, которое советует знаку отличия наивысшего достоинства.

Где посмотреть уникальный идентификационный номер (УИН)?

Для того, чтобы узнать свой УИН необходимо зайти на сайт gto.ru —> нажать на кнопку «войти в личный кабинет» —> ввести адрес электронной почты и пароль —> ввести «код для входа на сайт» (Высылается на электронную почту, указанную при регистрации) —> «Ваш УИН» — состоит из 11 цифр.

Куда приходит сообщение для подтверждения создания профиля и активации аккаунта?

На электронную почту, которую Вы указали при регистрации на сайте gto.ru

Какая по счету попытка засчитывается при перевыполнении испытаний комплекса ГТО?

Согласно п.14 Порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного Приказом Минспорта России от 28 января 2016 года №54, участник может повторно выполнить нормативы испытаний (тестов) только в случае, если участник не выполнил норматив. При этом график приема Центром тестирования для таких участников составляется отдельно, но не ранее чем через две недели со дня совершения первой попытки. Отсюда следует, что повторное выполнение испытания подразумевает аннулирование предыдущего результата.

На основании какого документа я должен давать согласие на обработку персональных данных?

Участие в комплексе ГТО основывается на принципе добровольности.

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам – в соответствии с действующим законодательством), обезличивание, блокирование, а также осуществление любых иных действий с персональными данными, предусмотренных Федеральным законом РФ от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных». Порядок и обоснование заполнения персональных данных при регистрации на сайте gto.ru прописан в Федеральном законе от 05.10.15 за подписью Президента РФ.

Звание и разряд до золотого знака отличия

Лица, имеющие одно из спортивных званий или спортивные разряды не ниже второго юношеского и выполнившие нормативы испытаний (тестов), соответствующие серебряному знаку отличия, награждаются золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Разряд необходимо предоставлять ДО начала выполнения испытаний

Где я могу посмотреть какой у меня знак отличия?

Информация о знаке отличия, который будет вручен участнику указана в Вашем личном кабинете.

Нажмите ФИО в правом верхнем углу-с правой стороны указан итоговый знак отличия, который будет присвоен участнику.

Что означают 11 цифр уникального идентификационного номера

Первые 2 цифры – зашифровывают календарный год начала участия в комплексе ГТО

Вторые 2 цифры – общепринятое цифровое обозначение субъекта Российской Федерации для определения места регистрации и выдачи учетной карточки

Оставшиеся 7 цифр – соответствуют порядковому номеру участника внутри текущего года и на соответствующей территории.

Где я могу увидеть результаты выполнения испытаний Комплекса ГТО?

Результаты испытаний Вы можете посмотреть в личном кабинете в разделе «Мои результаты», а также вы можете скачать официальное мобильное приложение ВФСК ГТО. После выполнения нормативов испытаний результаты оформляются

ответственными сотрудниками Центров тестирования, передаются на проверку и вносятся в личные кабинеты граждан. Учитывая, что этот процесс занимает некоторое время, результаты свои в личном кабинете вы сможете увидеть в течение 10-14 дней после тестирования.

Сколько дополнительных баллов будет начислено за выполнение испытаний комплекса ГТО при поступлении в ВУЗ?

Решение о количестве дополнительных баллов, которые будут начислены при поступлении за предоставление золотого знака отличия и удостоверения к нему, принимает сам ВУЗ. По вопросам начисления дополнительных баллов мы советуем Вам обратиться в ВУЗ.

Стипендия за золотой знак отличия

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.

Администратор С.В. Петракова