Федеральные документы

**24 марта 2014 г. принят Указ Президента Российской Федерации № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе „Готов к труду и обороне“ (ГТО)».**

**Целями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются повышение эффективности использования возможностей̆ физической̆ культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.(приложение Цели и задачи)**

**Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:**

**а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой̆ и спортом в Российской̆ Федерации;**

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

**в) формирование у населения осознанных потребностей̆ в систематических занятиях физической культурой̆ 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.**

**Принципы внедрения ВФСКГТО — добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.**

**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.**

**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.**

**Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса подразделяются на:**

**а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростныхвозможностей;**

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

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

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

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

**а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовыхвозможностей;**

**б) испытания (тесты) по определению уровня развития координационныхспособностей;**

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

**Кроме того, для каждой ступени определен перечень необходимых знаний и умений, предлагаются рекомендации к двигательному режиму.**

**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 культурой̆ на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;**

**б) гигиена занятий физической культурой̆;**

**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 прикладной̆ направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.**

**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. А как вы считаете, для чего нужно стремиться молодежи 21 века к выполнению нормативов ГТО, к получению знаков отличия?**

**Ответ на этот вопрос для каждого молодого человека может быть свой. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым в учебе и спорте. Все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, — целеустремленность. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремленные и физически подготовленные люди смогут добиваться успеха в условиях конкуренции на рынке труда!**