

**Российская Федерация**  
**АДМИНИСТРАЦИЯ**  
городской округ Жуковский Московской области  
**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

**ПРИКАЗ**

от «28» 02 2020 г.

№ 163

О проведении фестиваля  
«ГТОшечка – первый шаг  
к золотому значку ГТО»

В соответствии с планом взаимодействия Администрации городского округа Жуковский, Центра тестирования ГТО МБУ «Спортивная школа – центр спорта «Метеор» и сети учреждений МДОУ городского округа Жуковский с целью пропаганды Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», обеспечения преемственности между дошкольным учреждением и общеобразовательной организацией,

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Заведующим МДОУ-детский сад № 35 (Торнопол Н.Л.), детский сад № 7 ФГУП «ЦАГИ» (Калинкиной С.Э.), организовать и провести фестиваль «ГТОшечка – первый шаг к золотому значку ГТО» (далее – мероприятие)

Дата проведения: 14 марта 2020 года

Место проведения: МБУ «Спортивная школа – центр спорта «Метеор»

Адрес: Московская область, г.о. Жуковский, ул. Комсомольская, д. 9.

Начало мероприятия: 11.00

2. Заведующим МДОУ г.о. Жуковский организовать работу по подготовке воспитанников и педагогических работников к мероприятию.

3. Утвердить Положение о проведении мероприятия (Приложение № 1) и Программу мероприятия (Приложение № 2).

4. Утвердить организационный комитет в следующем составе:  
председатель оргкомитета - Чайцына Т. А., начальник отдела оценки качества образования Управления образования Администрации городского округа Жуковский;  
- Фомин В.И., заместитель председателя оргкомитета, заместитель директора МБУ «Спортивная школа – центр спорта «Метеор» (по согласованию);  
- Гладченко И.А., член оргкомитета, заведующий МФСК «Метеор» (по согласованию);  
- Фомина О.В., член оргкомитета, инструктор по физической культуре МДОУ – детский сад № 35;  
- Мурзаева С.А., член оргкомитета, инструктор по физической культуре МДОУ – детский сад № 7 ФГУП «ЦАГИ»;

- Балеева Т.В., методист МУ ДПО УМЦ.

4. Утвердить состав судейской коллегии:

- главный судья: Гусарова Н.В., начальник Управления образования Администрации городской округ Жуковский;

- судьи на видах:

Болдовская Л.В., Бурцева Ю.С., Хохлова М.М., Ковач Т.А., Коченкова Т.В., Клокова С.П., Куткина Е.Н., Сергеева Т.М., Славкина Е.И., Филимонова И.И., воспитатели МДОУ детский сад № 35;

Кошкина Н.А., старший воспитатель МДОУ детский сад № 35;

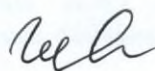
Ермакова Е.С., инструктор по физической культуре МДОУ – детский сад № 7 ФГУП «ЦАГИ»;

студенты ФГБОУ ВО МГАФК (Московская область, Люберецкий район, п. Малаховка, ул. Шоссейная, д. 33)

5. Руководителям МДОУ городского округа Жуковский, обеспечить явку участников мероприятия, организовать непрерывность образовательно – воспитательного процесса в организации.

6. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя начальника Управления образования Л.Н. Омарбекову

Начальник Управления образования



Н.В. Гусарова

**Положение**  
**о проведении фестиваля**  
**«ГТОшечка – первый шаг к золотому значку ГТО»**  
**среди команд воспитанников подготовительных групп МДОУ г.о. Жуковский**

**1. Цели и задачи**

- 1.1. Пропаганда Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ФСК ГТО).
- 1.2. Развитие физических качеств: гибкости, быстроты, силы.
- 1.3. Обеспечение преемственности между дошкольным образовательным учреждением и общеобразовательной организацией.

**2. Руководство подготовкой и проведением Фестиваля.**

- 2.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Оргкомитет.
- 2.2. Оргкомитет утверждает состав и условия работы судейской коллегии Фестиваля, определяет победителей. Решение Оргкомитета оформляется протоколом и утверждается председателем Оргкомитета.

**3. Дата и место проведения.**

Дата проведения: 14 марта 2019 г.

Время проведения: 11.00

Место проведения: МБУ "Спортивная школа – центр спорта "Метеор", легкоатлетический манеж.

Адрес проведения фестиваля: г. Жуковский, ул. Комсомольская, д 9.

**4. Участники.**

- 4.1. К участию в Фестивале допускаются команды воспитанников подготовительной к школе группе МДОУ г.о. Жуковский (6-7 лет), допущенные врачом.

Состав команды: 3 девочек и 3 мальчиков.

- 4.2. Команды-участники соревнований выступают в спортивной форме.

## 5. Программа.

В программу соревнований входит выполнение тестовых заданий ФСК ГТО 1 ступени.

№ п/ п	Виды программы	
1.	<b>Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6м</b>	<p>Метание теннисного мяча в цель производится с расстояния 6 м в закрепленный на стене гимнастический обруч диаметром 90 см. Нижний край обруча находится на высоте 2 м от пола. Для метания теннисного мяча в цель используется мяч весом 57 г. Участнику предоставляется право выполнить пять попыток. Засчитывается количество попаданий в площадь, ограниченную обручем.</p> <p>Исходное положение - участник стоит в стойке ноги врозь, левая нога впереди правой, правая - на передней части стопы, лицом к мишени. Мяч в правой, несколько согнутой руке, кисть на уровне лица, левая рука направлена вперед-вниз. Отводя правую руку вправо-назад и слегка сгибая правую ногу, немного наклонить туловище вправо, упираясь стопой прямой левой ноги в площадку, носок развернут внутрь. Из этого положения, быстро разгибая правую ногу и перенося массу тела на левую, выполнить бросок, пронося кисть правой руки над плечом.</p> <p><b>Ошибки:</b></p> <p>1) не засчитывается попытка, если испытуемый совершил заступ за линию метания.</p>
2.	<b>Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье</b>	<p>Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на полу ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.</p> <p>При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение 2 секунд.</p> <p>При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+».</p> <p><b>Ошибки:</b></p> <p>1) сгибание ног в коленях;</p> <p>2) фиксация результата пальцами одной руки;</p> <p>3) отсутствие фиксации результата в течение 2 секунд.</p>
3.	<b>Прыжок в длину с места толчком двумя</b>	<p>Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения.</p> <p>Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.</p>

	<b>ногами</b>	<p>Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.</p> <p><b>Ошибки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) заступ за линию измерения или касание ее;</li> <li>2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;</li> <li>3) отталкивание ногами разновременно.</li> </ol>
<b>4.</b>	<b>Челночный бег 3х10 м</b>	<p>Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твёрдым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии - «Старт» и «Финиш».</p> <p>Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта.</p> <p>По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) тестируемый бежит до финишной линии, касается конуса рукой, возвращается к линии старта, осуществляет её касание конуса и преодолевает последний отрезок без касания рукой.</p> <p>Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Тестируемые стартуют по одному. Результат фиксируется до 0,1 с.</p> <p><b>Ошибки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) выполнение испытания раньше команды стартера «Марш!» или выстрела (фальстарт);</li> <li>2) участник не коснулся одного из конусов рукой.</li> </ol>
<b>5.</b>	<b>Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин.</b>	<p>Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин, выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.</p> <p>Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.</p> <p>Для выполнения испытания (теста) создаются пары, один из партнеров выполняет испытание – ребёнок, другой удерживает его ноги за ступни и голени – инструктор по ФК.</p> <p><b>Ошибки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);</li> <li>2) отсутствие касания лопатками мата;</li> <li>3) пальцы разомкнуты «из замка»;</li> <li>4) смещение таза.</li> </ol>

## **6. Определение победителей.**

В отдельном виде испытаний выигрывает команда, показавшая наибольший (в беге – наименьший) суммарный результат:

- за 1 место команда получает 5 баллов,
- за 2 – 4 балла,
- за 3 – 3 балла,
- за 4 – 2 балла,
- за 5 – 1 балл.

По сумме баллов определяется абсолютный победитель соревнований.

Результаты неполных команд в абсолютном зачёте не учитываются.

## **7. Подведение итогов и награждение команд.**

По результатам соревнований жюри проводит награждение:

- в отдельных видах: победители и призёры награждаются грамотами;
- в абсолютном первенстве: победитель награждается кубком и дипломом,
- призёры награждаются дипломами;
- все участники соревнований награждаются знаками отличия «ГТОшечка».

Приложение 1  
к приказу № 163  
от « 28 » февраля 2020 г.

## **ПРОГРАММА**

**фестиваля "ГТОшечка – первый шаг к золотому значку ГТО "**

### **I.Открытие соревнований.**

**Показательные выступления коллектива эстрадного танца «Созвездие»**

**Приветствие команд-участников фестиваля.**

**Разминка участников фестиваля.**

### **II. Выполнение тестовых заданий.**

### **III. Показательные выступления коллектива эстрадного танца «Созвездие»**

### **IV. Поздравление команд, награждение участников.**