

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

**Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«МОСКОВСКИЙ ЦЕНТР ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ ДПО МЦВП

М. П. Андрианова
Приказ от «12» апреля 2024 года № 63



**ОРГАНИЗАЦИЯ И ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМАТИВОВ
ИСПЫТАНИЙ (ТЕСТОВ) ВФСК ГТО
С МОДУЛЕМ
«ОРГАНИЗАЦИЯ СУДЕЙСТВА МЕРОПРИЯТИЙ ВФСК ГТО»**

**С ИНВАРИАНТНЫМ МОДУЛЕМ
«ЦЕННОСТИ МОСКОВСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

дополнительная профессиональная программа
(повышение квалификации)

Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель реализации программы: совершенствование профессиональных компетенций слушателей в области организации, выполнения нормативов испытаний (тестов) и организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)

1.2. Совершенствуемые компетенции

№ п/п	Компетенции	Направление подготовки «Педагогическое образование» 44.03.01
		Бакалавриат
		Код компетенции
1.	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8

1.3. Планируемые результаты обучения

№ п/п	Уметь - знать	Направление подготовки «Педагогическое образование» 44.03.01
		Бакалавриат
		Код ФГОС
1.	<p>Знать: Историю создания, развития и значение в современное время ВФСК ГТО. Нормативно-правовое обеспечение и методическое обеспечение организации физкультурно-спортивных тестовых мероприятий в рамках реализации ВФСК ГТО. Нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Подходы к организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО в условиях образовательной организации. Подходы к организации судейства мероприятий ВФСК ГТО</p> <p>Уметь: Организовывать выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО в условиях образовательной организации в соответствии с нормативно-правовой документацией, регламентирующей организацию физкультурно-спортивных тестовых мероприятий в рамках реализации ВФСК ГТО. Организовать и осуществлять функции судьи мероприятий ВФСК ГТО в соответствии с регламентом для судейства ВФСК ГТО.</p>	ОПК-8

1.4. Категория обучающихся: уровень образования – высшее образование, направление – педагогическое образование; область профессиональной деятельности – дополнительное образование, общее образование, среднее профессиональное образование

1.5. Форма обучения: очная (с использованием ЭО и ДОТ).

1.6. Режим занятий: 1 академический час – 45 минут; не более 6 академических часов в день, не менее 1 недели обучения.

1.7. Трудоемкость программы: 36 часов.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего	Аудиторные занятия		Внеаудиторные занятия	Формы контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	Модуль 1. ВФСК ГТО: история и современное значение	2			2	Тестирование № 1
2.	Модуль 2. Нормативно-правовое и методическое обеспечение организации и выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	11	4	4	3	Тестирование №2
3.	Модуль 3. Организация и выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в условиях образовательной организации	8	1	5	2	Тестирование № 3
4.	Модуль 4. Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	15	2	6	7	Тестирование №4

5.	Итоговая аттестация					Зачет на основании комплекса результатов в тестирован ий
	ИТОГО	36	7	15	14	

2.2. Календарный учебный график

Обучение проводится в течение календарного года по мере зачисления обучающихся.

1 полугодие: 11 января – 30 июня.

Праздничные дни: 23 февраля, 8 марта, 1-10 мая, 12 июня.

Каникулы не предусмотрены.

2 полугодие: 1 июля – 25 декабря

Праздничные дни: 4 ноября, 12 декабря.

Каникулы не предусмотрены.

Период/ срок освоения программы:

Период обучения: не менее 6 учебных дней.

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	Виды УР	Учебные дни					
				1	2	3	4	5	6
1.	Модуль 1. ВФСК ГТО: история и современное значение	2	Самостоятельная работа	2					
2.	Модуль 2. Нормативно- правовое и методическое обеспечение организации и выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	11	Лекция	2	2				
			Практические занятия	2	2				
			Самостоятельная работа		2	1			
3.	Модуль 3. Организация и выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в условиях образовательной организации	8	Лекция			1			
			Практические занятия			4	1		
			Самостоятельная работа				2		
4.	Модуль 4. Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	15	Лекция				2		
			Практические занятия				1	5	
			Самостоятельная работа					1	6
Количество часов в неделю		36	-	6	6	6	6	6	6

Итого часов	36		6	6	6	6	6	6
-------------	----	--	---	---	---	---	---	---

2.3. Рабочая программа

Наименование разделов/ модулей, тем	Виды учебных занятий	Содержание
Модуль 1. ВФСК ГТО: история и современное значение	<i>Самостоятельная работа 2 часа</i>	История ВФСК ГТО и его значение в современное время. Что такое ГТО? Возникновения комплекса ГТО. Развитие комплекса ГТО в периоды: 1927–1928; 1929-1938; 1941-1945; 1946-1991. Возрождение комплекса ГТО в современной России. Комплекс ГТО как социальный лифт. Принципы современного комплекса ГТО. Задачи комплекса ГТО. Движение ГТО в образовательных организациях. Знакомство с официальным сайтом ВФСК ГТО https://www.gto.ru/ . Тестирование №1.
Модуль 2. «Нормативно-правовое и методическое обеспечение организации и выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)»	<i>Лекция 2 часа</i>	Нормативно-правовое и обеспечение организации и выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Обзор нормативно-правовых документов, регламентирующих реализацию Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» Постановление Правительства РФ от 15 апреля 2014 г. № 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта»; Распоряжение Правительства РФ от 31 октября 2022 г. N 3263-р О внесении изменений в распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2015 г. N 2390-р; Распоряжение Правительства РФ от 30 июня 2014 г. N 1165-р О плане мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (с изменениями и дополнениями от 24.11.2014, 21.08.2017); Распоряжение Правительства России от 26 апреля 2019 г. №833-р; Приказ Министерства спорта РФ от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)»;

		<p>Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка 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» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».</p> <p>Регламент медицинского обеспечения в пунктах приема нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Приказ Министерства спорта РФ от 28 января 2016 г. № 54 «Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)»</p>
	<p><i>Самостоятельная работа</i> <i>1 час</i></p>	<p>Формирование портфолио регламентов организации и выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)». Изучение электронной базы данных, относящихся к ВФСК ГТО.</p>
	<p><i>Лекция</i> <i>2 часа</i></p>	<p>Методическое обеспечение организации и выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО .</p> <p>Общий обзор методических рекомендаций по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (к государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 22.02.2023 № 117) (утв. Министерством спорта РФ 29 мая 2023 г.).</p>
	<p><i>Практические занятия</i> <i>4 часа</i></p>	<p>Техника выполнения: бега на короткие дистанции, бега на длинные дистанции; челночного бега; смешанного передвижения; скандинавской ходьбы; бега на лыжах; подтягивания из виса на высокой перекладине; подтягивания из виса лежа на низкой перекладине; рывок гири; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;</p>

		метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров; метание мяча весом 150 грамм; метание спортивного снаряда весом 500, 700 грамм; поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; прыжок в длину с разбега; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (о сидение стула); плавание; стрельба.
	<i>Самостоятельная работа 2 часа</i>	Работа с методическими документами по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (к государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 22.02.2023 № 117) (утв. Министерством спорта РФ 29 мая 2023 г.). Таблица нормативов ГТО для школьников (1-6 степени). Тестирование №2.
Модуль 3. «Организация и выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в условиях образовательной организации»	<i>Лекция 1 час</i>	Порядок регистрации участников и допуск к тестовым мероприятиям. Заполнение и обработка протоколов выполнения тестов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)). Правила регистрации участников на сайте https://www.gto.ru/ в автоматизированной информационной системе ВФСК ГТО. Правила заполнения, обработки и хранения протоколов выполнения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО))»
	<i>Практические занятия 2 часа</i>	Практическая работа на сайте https://www.gto.ru/ в автоматизированной информационной системе ГТО. Регистрации участников на сайте https://www.gto.ru/ Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)). Практика заполнения, обработки и организация хранения протоколов выполнения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО))»
	<i>Самостоятельная работа 2 часа</i>	Изучить рекомендации по вопросам: - Организация работы по активированию готовности места тестирования (спортзал, стадион и т.д.) в соответствии с необходимыми требованиями техники безопасности для проведения испытаний ГТО;

		<p>- Порядок организации судейства массовых мероприятий. Обязанности и порядок работы членов главной судейской коллегии и судейских бригад по видам испытаний. Тестирование №3.</p>
	<p><i>Практические занятия 3 часа</i></p>	<p>Организация и проведение тестовых мероприятий с обучающимися в условиях образовательной организации. Выполнение на площадке тестирования обучающихся в образовательной организации» следующих мероприятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Заполнение и обработка протоколов выполнения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)». - Ознакомиться с правилами заполнения протоколов. Заполнить сводные протоколы и протоколы по выбору испытания. - Прием испытаний по определению уровня развития скоростных и скоростно-силовых способностей): ознакомиться с организацией и методикой приема нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» по челночному бегу 3x10 м, бегу на 30; 60 и 100 м, прыжку в длину с места толчком двумя ногами, прыжку в длину с разбега, метанию мяча и спортивного снаряда, подниманию туловища из положения лежа на спине. - Прием испытаний по определению уровня развития выносливости и уровня овладения прикладными навыками: ознакомиться с организацией и методикой приема нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ГТО) по бегу на 1;1,5; 2 и 3 км, смешанному передвижению на 1; 1,5; 2; 3 и 4 км, бегу на лыжах на 1;2;3 и 5 км, стрельбе из пневматической винтовки или электронного оружия. - Прием испытаний по определению уровня развития координационных способностей и гибкости: ознакомиться с организацией и методикой приема нормативов по наклону вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье, метанию теннисного мяча в цель. - Прием испытаний по плаванию и особенности проверки туристских навыков: ознакомиться с организацией и методикой приема нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ГТО) по плаванию на 10; 15; 25 и 50 м., туристскому походу с проверкой туристских навыков.

		- Прием испытаний по определению уровня развития силовых способностей: ознакомиться с организацией и методикой приема (ГТО) по подтягиванию из виса на низкой перекладине, подтягиванию из виса на высокой перекладине, сгибанию и разгибанию рук в упоре лежа на полу, сгибанию и разгибанию рук в упоре о гимнастическую скамью (сидение стула), рывку гири.
Модуль 4. Организация судейства мероприятий Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	<i>Лекция 2 часа</i>	Практические основы организации судейства Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)». Порядок допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Требования к спортивным судьям мероприятий ВФСК ГТО. Составы и порядок формирования ГСК. Вспомогательные службы ГСК. Составы и порядок формирования судейских бригад. функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад. оборудование и инвентарь, используемые для проведения мероприятий ВФСК ГТО. Порядок допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и требования к ним. Порядок присвоения, лишения, восстановления квалификационных категорий спортивных судей и содержание квалификационных требований к кандидатам на присвоение данных категорий, а также права и обязанности спортивных судей.
	<i>Практическая работа 6 часов</i>	Разбор наиболее часто встречающихся ошибок выполнения нормативов испытаний (тестов) участниками. Тестовое заполнение протокола выполнения государственных требований к физической подготовленности граждан Российской Федерации, сводного протокола выполнения государственных требований к физической подготовленности граждан Российской Федерации, протокол для загрузки результатов, индивидуальный протокол выполнения государственных требований к физической подготовленности граждан Российской Федерации (инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья).
	<i>Самостоятельная работа 7 часов</i>	Работа с содержанием приказа Министерства спорта Российской Федерации от 19 октября 2017 года № 909 Об утверждении порядка допуска

		спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и требования к ним; Приказ Министерства спорта РФ от 28 февраля 2017 г. № 134 «Об утверждении положения о спортивных судьях». Подготовка документов к получению квалификационной категории судьи: спортивный судья второй категории; спортивный судья третьей категории; юный спортивный судья. Тестирование №4.
Итоговая аттестация		
Зачет на основании комплекса результатов тестирований		

РАЗДЕЛ 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка качества освоения программы осуществляется в формах текущего контроля и итоговой аттестации.

3.1. Текущий контроль

Тестирование № 1.

Требования – не менее 30 правильных ответов.

Критерии оценивания и оценивание: 100% правильных ответов – тест пройден, менее

100% правильных ответов – тест не пройден, предоставляется 3 попытки.

30 баллов – зачтено, тест пройден, менее 30 баллов – не зачтено, тест не пройден.

Выберите один правильный ответ из предложенных:

1. Какой вид был включен в испытания комплекса ГТО с 2018 года:

а) Челночный бег 3X10 м

б) Кросс по пересеченной местности

в) Туристический поход с проверкой туристических навыков

2. Все без исключения представители какой профессии в СССР имели золотые знаки ГТО:

а) Шахтеры

б) Космонавты

в) Летчики

3. Какой вид не входит в обязательное силовое испытание по третьей ступени:

а) Подтягивание из виса на высокой перекладине

б) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

в) Поднимание гири

4. Какое произведение советского времени содержит следующие строки: «Знак ГТО на груди у него, больше не знают о нем ничего»:

а) «Рассказ о неизвестном герое», С. Я. Маршак

б) «Мойдодыр», К. И. Чуковский

в) «Дядя Степа», С. В. Михалков

5. Максимальная дистанция по плаванию при выполнении норм ГТО:

а) 100 метров

б) 150 метров

в) **50 метров**

6. Мужчина 18-29 лет должен пробежать стометровку, чтобы получить золотой знак ГТО:

а) 15 секунд

б) **13 секунд**

в) 16 секунд

7. Какой норматив на золотой знак отличия по третьей ступени при выполнении поднимания туловища из положения лежа за 1 минуту для мальчиков:

а) 82

б) 74

в) 46

8. Некоторые нормативы ГТО включают в себя рывок гири. Какой вес гири предусмотрен:

а) 16 кг

б) 24 кг

в) 32 кг

9. Какое количество обязательных испытаний надо выполнить для получения знака отличия:

а) 5

б) 7

в) 4

10. Кто стал инициатором возрождения программы ГТО:

а) Медведев

б) Путин

в) Иванов

11. Какая возрастная группа охватывает III ступень:

а) 11-12 лет

б) 13-15 лет

в) 7-10 лет

12. В каком году был возрожден комплекс ГТО в России:

а) 2010

б) 2013

в) 2015

13. Кто может быть участником комплекса ВФСК ГТО:

а) Граждане от 6 до 70 лет и старше

б) Граждане от 6 до 60 лет

в) Граждане от 4 до 60 лет

14. Какого вида испытаний (тестов) нет в испытаниях (тестах) по выбору в V ступени ВФСК ГТО:

а) Плавание на 50м

б) Самозащита без оружия

в) Метание спортивного снаряда (турбоснаряд) весом 150г.

15. Награда, вручаемая гражданам России, выполнивших нормы комплекса ГТО:

а) Знак отличия

б) Лавровый венок

в) Грамота

16. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность:

а) 500 гр. и 800 гр.

б) 500 гр. и 700 гр.

в) 500 гр. и 900 гр.

17. Сколько ступеней комплекса ГТО существует:

а) 8

б) 14

в) 11

18. В каком возрасте можно получить знак ГТО:

а) От 18 до 40 лет

б) От 6 до 70 лет и старше

в) От 10 до 25 лет

19. Сколько надо набрать очков в стрельбе из пневматической винтовки на золотой значок по третьей ступени:

а) 30

б) 15

в) 25

20. Знаменитый борец Александр Карелин в детстве не смог получить золотой знак ГТО из-за недостатка ловкости и был обладателем только серебряного знака. С какими дисциплинами у него возникли проблемы:

а) Прыжки и бег на лыжах

б) Подтягивание и метание гранаты

в) Бег и плавание

21. Сколько видов надо выполнить, чтобы получить золотой, серебряный, бронзовый знаки ГТО для третьей ступени:

а) 8, 7, 7

б) 10, 9, 8

в) 8, 7, 6

22. Кто разработал первый проект значка ГТО в советское время:

а) Художник М. С. Ягужинский

б) 15-летний школьник В. Токтаров

в) Полковник Н. В. Копылов

23. В каком году впервые был утвержден комплекс ГТО:

а) 1980

б) 2000

в) 1931

24. Назовите максимальную дистанцию по плаванию в рамках современных нормативов ГТО:

а) 100 метров

б) 50 метров

в) 150 метров

25. ВФСК ГТО — это:

а) Всемирная федерация спортивной культуры готов к труду и обороне

б) Высший физкультурно-совершенный комплекс готов к труду и обороне

в) Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне

26. Как называлась система, на базе которой в СССР было основано физкультурное движение ГТО:

а) Общеспорт

б) Всеобуч

в) Всезнал

27. Как называлась IV ступень комплекса ГТО в советское время:

а) Физическое совершенство

б) Быстрее, выше, сильнее!

в) Спортивный образ жизни

28. В 1970-е годы многие советские граждане получили значок ГТО. Назовите их количество:

а) 30 миллионов

б) 10 миллионов

в) 60 миллионов

29. Как британская газета Таймс назвала советский комплекс ГТО:

а) Секретное оружие

б) Советская загадка

в) Тайный шифр

30. В виде какой детали была сделана основа первого значка ГТО:

а) Подшипник

б) Шестеренка

в) Гайка

Тестирование № 2.

Требования – не менее 10 правильных ответов.

Критерии оценивания и оценивание: 100% правильных ответов – тест пройден, менее 100% правильных ответов – тест не пройден, предоставляется 3 попытки.

10 баллов – зачтено, тест пройден, менее 10 баллов – не зачтено, тест не пройден.

Выберите несколько правильных ответов из предложенных

1. Укажите обязательные для всех условия допуска участника к прохождению тестирования:

- а) наличие заявки на прохождение тестирования;
- б) правильность заполнения персональных данных участника, указанных при регистрации на Интернет-портале комплекса ГТО;
- в) удостоверение тождественности участника с изображением на фотографии, загруженной при регистрации;
- г) предъявление документа, удостоверяющего личность (для лиц, не достигших четырнадцати лет - свидетельства о рождении либо его копии);
- д) предъявление медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям
- е) согласие законного представителя несовершеннолетнего участника на прохождение тестирования.

2. Выберите один правильный ответ. В каком случае предъявление медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям для участия в тестировании не требуется?

- а) при направлении коллективной заявки от образовательной организации, реализующей образовательные программы начального общего образования, образовательные программы основного общего образования, образовательные программы среднего общего образования, в которой указана информация об отнесении обучающегося к основной медицинской группе для занятий физической культурой в соответствии с приказом Минздрава России от 21.12.2012 № 1346н «О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период их обучения в них»;
- б) при направлении гарантийного письма от юридического лица о том, что всеми участниками тестирования пройден медицинский осмотр.

3. Выберите наиболее правильный ответ. Правильно ли утверждение, что участник не допускается к прохождению тестирования в случаях:

- отсутствия заявки на прохождение тестирования;
- неправильного заполнения персональных данных участника при регистрации на портале;
- несоответствия личности участника лицу, изображенному на фотографии, загруженной при регистрации;
- отсутствия документа, удостоверяющего личность;
- отсутствия медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом;
- отсутствия медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом;
- отсутствия согласия законного представителя несовершеннолетнего участника на прохождение тестирования;
- ухудшения его физического состояния до начала тестирования;
- отсутствия спортивной формы;
- недисциплинированного, некорректного поведения или грубости в отношении других лиц (в том числе и судей).

- а) правильно
- б) неправильно

в) да, правильно, но при направлении коллективной заявки от образовательной организации, реализующей образовательные программы начального общего образования, образовательные программы основного общего образования, образовательные программы среднего общего образования, в которой указана информация об отнесении обучающегося к основной медицинской группе для занятий физической культурой в соответствии с приказом Минздрава России от 21.12.2012 № 1346н «О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период их обучения в них»

4. Выберите наиболее правильный ответ. В случае, если участник не выполнил нормативы комплекса ГТО, имеет ли он право пройти повторное тестирование?

- а) Да, может, когда будет готов;
- б) Да, может, но не ранее, чем через 2 недели со дня совершения первой попытки выполнения нормативов;
- в) Да, может, но не ранее, чем через 2 недели со дня совершения первой попытки выполнения нормативов и не более трех раз в отчетный период для соответствующего знака отличия;
- г) Да, может, но не ранее, чем через 2 недели со дня совершения первой попытки выполнения нормативов и не более трех раз в отчетный период для соответствующего знака отличия в любой срок;
- д) Да, может, но не ранее, чем через 2 недели со дня совершения первой попытки выполнения нормативов и не более трех раз в отчетный период для соответствующего знака отличия по графику, в срок, определяемый центром тестирования.

5. Правильно ли представлена последовательность выполнения тестирования, логика которой заключается в необходимости начать тестирование с наименее энергозатратных видов испытаний (тестов) и предоставлении участникам достаточного периода отдыха между выполнением нормативов:

01. Челночный бег 3x10 м - характеристика развития быстроты и координационных способностей.

02. Бег 30, 60, 100 м - определение развития скоростных возможностей.

03. Прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега - определение скоростно-силовых возможностей.

04. Подтягивание на низкой (из вися лежа) перекладине и высокой (из вися) перекладине, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа на спине - определение развития силы и силовой выносливости.

05. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - развитие гибкости.

06. Метание мяча в цель или спортивного снаряда на дальность - овладение прикладным навыком и характеристика развития координационных способностей.

07. Бег на 1; 1,5; 2; 2,5; 3 км (1000, 1500, 2000, 2500, 3000 м) - определение развития выносливости.

08. Кросс по пересеченной местности, смешанное передвижение или скандинавская ходьба.

09. Плавание 10, 15, 25, 50 м - овладение прикладным навыком. Тестирование умения плавать проводится, как правило, после предварительного обучения и тренировок.

10. Бег на лыжах (либо кросс по пересеченной местности для бесснежных районов) 1, 2, 3, 5 км - овладение прикладным навыком.

11. Стрельба из пневматической винтовки («электронного оружия») из положения сидя и положения стоя - овладение прикладным навыком. Тестирование стрелковым навыкам необходимо производить после предварительного обучения и тренировок.

12. Туристский поход - овладение прикладными навыками.

13. Самозащита без оружия (Тестирование самозащиты без оружия необходимо производить после предварительного обучения и тренировок)

- а) да, правильно
- б) нет, неправильно

в) туристический поход рекомендуется проводить последним, однако, в отдельных случаях последовательность выполнения физических упражнений может быть изменена

6. Выберите правильный ответ. Может ли участник воспользоваться помощью лиц, находящихся непосредственно на месте проведения испытаний (тестов) комплекса ГТО?

а) не может;

б) может;

в) не может, за исключением отдельных случаев.

7. Выберите правильный ответ. Правильно ли утверждение, что Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 70 лет) населения Российской Федерации (далее - возрастные группы) установленных нормативов испытаний (тестов).

а) да, правильно;

б) нет, неправильно;

в) неправильно, потому что нет ограничения по возрасту;

г) неправильно, потому что тестирование могут пройти и люди старше 70 лет.

8. Сколько уровней сложности предусматривает всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО?

а) 4;

б) 3;

в) для каждой возрастной группы свой уровень сложности.

9. Сколько ступеней включает структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса:

а) 3;

б) 18;

в) 21.

10. Выберите правильный ответ. Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса подразделяются на:

01. испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;

02. испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;

03. испытания (тесты) по определению уровня развития силы;

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

а) да, это так

б) да, это так, но за исключением испытаний (тестов) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья)

Тестирование № 3.

Требования – не менее 10 правильных ответов.

Критерии оценивания и оценивание: 100% правильных ответов – тест пройден, менее 100% правильных ответов – тест не пройден, предоставляется 3 попытки.

10 баллов – зачтено, тест пройден, менее 10 баллов – не зачтено, тест не пройден.

1. Выберите правильный ответ. Бег на какую дистанцию выполняется с низкого или высокого старта.

а) 30;

б) 100;

в) 60;

г) 60 и 100.

2. При выполнении челночного бега 3x10 м какое положение принимает участник?

а) низкого старта;

б) высокого старта;

в) низкого или высокого старта.

3. Выберите правильный ответ. При подтягивании из виса лежа на низкой перекладине высота грифа перекладины для участников I - IX ступеней должна составлять:
- а) 85 см;
 - б) 90 см;
 - в) не более 90 см.
4. Выберите правильный ответ. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения:
- а) упор, лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более, чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы упираются в пол без опоры;
 - б) упор, лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы упираются в пол без опоры.
5. Для выполнения испытания «Рывок гири» гири какого веса используются?
- а) не более 16 кг;
 - б) не менее 16 кг;
 - в) 16 кг.
5. Испытания «Рывок гири» прекращается, если:
- а) использовать какие-либо приспособления, облегчающие подъем гири, в том числе гимнастические накладки; использовать канифоли для подготовки ладоней; постановка гири на голову, плечо, грудь, ногу или помост; выход за пределы помоста;
 - б) использовать какие-либо приспособления, облегчающие подъем гири, в том числе гимнастические накладки; использовать канифоли для подготовки ладоней; постановка гири на голову, плечо, грудь, ногу или помост; касаться свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки; выход за пределы помоста;
6. Выберите правильный ответ. Что запрещается участникам при исполнении испытания «Бег на 1; 1,5; 2; 2,5; 3 км (1000 м, 1500 м, 2000 м, 2500 м, 3000 м)»?
- а) наступать на линию бровки с левой стороны;
 - б) ногу ставить загребаящим движением сверху-вниз под себя.
7. Выберите правильный ответ. При выполнении испытания «Туристский поход с проверкой туристских навыков» участники демонстрируют навыки вязки 2-х или 3-х узлов из следующих
- а) прямой, встречный, проводник, схватывающий, брамшкотовый, восьмерка;
 - б) прямой, встречный, проводник, схватывающий, морской, брамшкотовый, восьмерка.
8. Выберите правильный ответ. При исполнении испытания «Прыжок в длину с разбега» прыжок не засчитывается, если тестируемый:
- а) не выполнив прыжка, пробежал через брусок или сбоку от него через линию измерения;
 - б) при отталкивании заступил или наступил за линию измерения, оттолкнулся сбоку от бруска;
 - в) во время приземления коснулся любой частью тела о поверхность сектора за пределами бокового края ямы, оказавшись при этом ближе к бруску отталкивания, чем след, оставленный при приземлении; после совершения прыжка возвратился назад через яму для приземления;
 - г) при прыжке применил любую форму сальто;
 - д) просрочил время, выделенное на попытку;
 - е) все ответы правильные.
9. Выберите правильный ответ. Сколько попыток дается для испытания «Метание мяча весом 150 г»?
- а) 1;
 - б) 3;
 - в) 5.
10. Выберите правильный ответ. Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения:

- а) 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;
- б) лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки не касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Тестирование 4.

Требования – не менее 10 правильных ответов.

Критерии оценивания и оценивание: 100% правильных ответов – тест пройден, менее 100% правильных ответов – тест не пройден, предоставляется 3 попытки.

10 баллов – зачтено, тест пройден, менее 10 баллов – не зачтено, тест не пройден.

1. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Бег на 30, 60, 100 метров» не засчитывается:

- а) неготовность к старту через 2 минуты после вызова стартера; участник во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому тестируемому; старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела;
- б) участник во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому тестируемому; старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела;
- в) неготовность к старту через 2 минуты после вызова стартера; участник во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому тестируемому; старт участника раньше команды стартера «Марш!» или выстрела; травма.

2. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Челночный бег 3х10 метров» не засчитывается:

- а) выполнение испытания раньше команды стартера «Марш!» или выстрела (фальстарт); во время бега участник помешал рядом бегущему; участник не коснулся одной из линий разметки рукой;
- б) выполнение испытания раньше команды стартера «Марш!» или выстрела (фальстарт); неспортивное поведение; участник не коснулся одной из линий разметки рукой;
- в) выполнение испытания раньше команды стартера «Марш!» или выстрела (фальстарт); во время бега участник помешал рядом бегущему; участник не коснулся одной из линий разметки рукой; травма.

3. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Подтягивание на высокой перекладине» не засчитывается:

- а) подбородок тестируемого оказался ниже уровня грифа перекладины; подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища); широкий хват при выполнении исходного положения; отсутствие фиксации менее 1 с исходного положения; совершение «маятниковых» движений с остановкой; при принятии исходного положения руки тестируемого согнуты в локтевых суставах; участник при выполнении испытания раскрыл ладонь (судья увидел лицевую сторону ладони); при движении вверх у тестируемого ноги согнуты в коленных суставах; явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук;
- б) подбородок тестируемого оказался ниже уровня грифа перекладины; подтягивание осуществляется рывками или махами ног (туловища); широкий хват при выполнении исходного положения; совершение «маятниковых» движений с остановкой; при принятии исходного положения руки тестируемого согнуты в локтевых суставах; участник при выполнении испытания раскрыл ладонь (судья увидел лицевую сторону ладони); при движении вверх у тестируемого ноги согнуты в коленных суставах; явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

4. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине» не засчитывается:

- а) подтягивание рывками или с прогибом туловища; подбородок ниже грифа перекладины; отсутствие фиксации на 1 с исходного положения;
- б) подтягивание рывками и без прогиба туловища; подбородок ниже грифа перекладины; отсутствие фиксации на 1 с исходного положения.

5. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытания «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа с опорой о гимнастическую скамью» не засчитывается:

- а) нарушение прямой линии «плечи - туловище – ноги»; отсутствие фиксации на 1 с исходного положения; одновременное разгибание рук;
- б) нарушение прямой линии «плечи - туловище – ноги»; отсутствие фиксации на 1 с исходного положения; одновременное разгибание рук; несинхронность движений рук.

6. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Рывок гири» не засчитывается:

- а) дожим гири; касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки; изгиб и скручивание туловища, сгибание в тазобедренном суставе в момент фиксации гири;
- б) дожим гири; касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки; изгиб и скручивание туловища, сгибание в тазобедренном суставе в момент фиксации гири; отсутствие фиксации на 1 с исходного положения.

7. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами» не засчитывается:

- а) сгибание ног в коленях; фиксация результата пальцами одной руки; отсутствие фиксации результата в течение 2 с.;
- б) отсутствие фиксации на 1 с исходного положения сгибание ног в коленях; фиксация результата пальцами одной руки; отсутствие фиксации результата в течение 2 с.; касание ног.

8. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Плавание» не засчитывается:

- а) ходьба либо касание дна ногами; использование для продвижения или сохранения плавучести разделителей дорожек или подручных средств;
- б) ходьба либо касание дна ногами; использование для продвижения или сохранения плавучести разделителей дорожек или подручных средств; специально оборудованного места для плавания.

9. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку 5 и 10 метров» не засчитывается:

- а) если произведен выстрел без команды спортивного судьи; если заряжено оружие без команды спортивного судьи;
- б) если произведен выстрел без команды спортивного судьи; если заряжено оружие без команды спортивного судьи; если время на подготовку более 3 мин.

10. Выберите правильный ответ. Ошибки, в результате которых испытание «Туристский поход с проверкой туристских навыков» не засчитывается:

- а) нарушение правил охраны природы, памятников истории и т. п.; использование посторонней помощи; действия, вызывающие опасность для участников, судей или зрителей; невыполнение требований судей.
- б) нарушение правил охраны природы, памятников истории и т. п.; использование посторонней помощи; действия, вызывающие опасность для участников, судей или зрителей; невыполнение требований судей; отсутствие экологических навыков.

Тестирование № 4.

Требования – не менее 10 правильных ответов.

Критерии оценивания и оценивание: 10 правильных ответов – тест пройден, менее 10 правильных ответов – тест не пройден, предоставляется 3 попытки.

10 баллов – зачтено, тест пройден, менее 10 баллов – не зачтено, тест не пройден.

Ответьте на вопросы (10 вопросов из 60 путем случайного выбора):

1. Каковы основные этапы процедуры допуска участников к выполнению испытаний ВФСК ГТО в местах тестирования

2. Порядок организации судейства массовых мероприятий, работа судьи вида (по выбору).
3. Функциональные обязанности спортивных судей ГТО и судейских бригад (по выбору)
4. Перечислите порядок организации судейства массовых мероприятий
5. Ступени ВФСК ГТО.
6. Виды нормативов испытаний (тестов) для школьников.
7. Виды нормативов испытаний (тестов) для мужчин разных возрастных категорий.
8. Виды нормативов испытаний (тестов) для женщин разных возрастных категорий.
9. Назовите ступени, входящие в комплекс ГТО, по какому признаку они разделяются, какие требования включают в себя, чем подтверждается успешная сдача норм комплекса.
10. Какие испытания (тесты) обязательные испытания (тесты), а какие испытания по выбору.
11. Опишите порядок подготовки к сдаче и непосредственной сдаче норм комплекса ГТО.
12. Какие меры поощрения могут стимулировать добровольное участие в движении по сдаче норм комплекса ГТО.
13. Для кого предназначена I ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
14. Для кого предназначена II ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
15. Для кого предназначена III ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
16. Для кого предназначена IV ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
17. Для кого предназначена V ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
18. Для кого предназначена VI ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё.
19. Для кого предназначена VII ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
20. Для кого предназначена VIII ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
21. Для кого предназначена IX ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
22. Для кого предназначена X ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
23. Для кого предназначена XI ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
24. Какие обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО для мужчин.
25. Какие обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО для женщин.
26. Каков алгоритм подготовки к тестированию и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.
27. Какие условия допуска должен выполнить участник к прохождению тестирования комплекса ГТО.
28. В каких случаях участник не допускается к прохождению тестирования комплекса ГТО.
29. В какой последовательности осуществляется тестирование, позволяющее определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков комплекса ГТО.
30. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении II ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
31. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении III ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
32. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении IV ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
33. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении V ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
34. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении VI ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
35. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении VII ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
36. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении VIII ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
37. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении IX ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.

38. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении X ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
39. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении XI ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.
40. Какие задачи решаются в подготовительной и основной частях тренировочных занятий в процессе подготовки к сдаче норм комплекса ГТО.
41. Назовите основные средства восстановления, применяемые в процессе подготовки к сдаче норм комплекса ГТО, и раскройте их содержание.
42. Каков порядок проведения тестирования комплекса ГТО для школьников и студентов СПО.
43. Какой порядок награждения нагрудным знаком ГТО.
44. Роль комплекса ГТО в системе физического воспитания обучающихся школ.
45. Кто может и в течение скольких дней разрешено выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО в рамках одной возрастной ступени.
46. Что такое центр тестирования комплекса ГТО и его задачи и функции.
47. На основании чего создаются центры тестирования комплекса ГТО и чем они должны быть оснащены.
48. На основании каких документов и в какие сроки разрешено перевыполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО.
49. Каким образом и где регистрируются и сохраняются данные о выполнении испытаний комплекса ГТО.
50. Звание и разряд до золотого знака отличия и где можно узнать какой свой знак отличия.
51. Какие бывают спортивные звания и спортивные разряды и в чем их отличие.
52. В какие сроки после выполнения и где можно посмотреть результаты выполнения испытаний Комплекса ГТО и сроки получения знака и сертификата.
53. Каков порядок организации мероприятий и судейство ВФСК ГТО.
54. Какие требования выдвигаются к спортивным судьям мероприятий ВФСК ГТО.
55. Каков состав главной судейской коллегии мероприятий ВФСК ГТО.
56. Какой составы и порядок формирования судейских бригад.
59. Какие функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад на физкультурно-спортивных мероприятиях ВФСК ГТО.
60. Каков список рекомендуемого оборудования и инвентаря, используемого для проведения мероприятий ВФСК ГТО.

3.2. Итоговая аттестация

Зачет на основании комплекса результатов тестирований.

Общее количество баллов должно составлять – 60.

Оценивание:

Зачет – 60 баллов.

Не зачет – менее 60 баллов.

Раздел 4. «ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ»

4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы: Нормативно-правовые акты и документы:

1. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» [Электронный ресурс] <https://base.garant.ru/70675222/> (Дата обращения 25.03.2024).

2. Постановление Правительства РФ от 30 сентября 2021 г. № 1661 "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта" и о признании утратившими силу некоторых актов и отдельных положений некоторых актов Правительства Российской Федерации" (с

изменениями и дополнениями) <https://base.garant.ru/402891691/> (Дата обращения 25.03.2024)

3. Приказ Министерства спорта РФ от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)» [Электронный ресурс] <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406525773/> (Дата обращения 25.08.2023).

4. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка 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» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» [Электронный ресурс] <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74898631/> (Дата обращения 25.03.2024).

5. Приказ Министерства спорта РФ от 28 января 2016 г. № 54 «Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)» [Электронный ресурс] <https://base.garant.ru/71347746/> (Дата обращения 25.03.2024).

6. Приказ Министерства спорта РФ от 19 октября 2017 г. № 909 «Об утверждении порядка допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и требования к ним» [Электронный ресурс] <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71768646/> (Дата обращения 25.03.2024).

7. Приказ Министерства спорта РФ от 28 февраля 2017 г. № 134 «Об утверждении положения о спортивных судьях» [Электронный ресурс] <https://base.garant.ru/71689708/> (Дата обращения 25.08.2023).

8. Распоряжение Правительства РФ от 31 октября 2022 г. N 3263-р О внесении изменений в распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2015 г. N 2390-р [Электронный ресурс] <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405491115/> (Дата обращения 25.03.2024).

9. Распоряжение Правительства РФ от 30 июня 2014 г. N 1165-р О плане мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] <https://base.garant.ru/70685642/> (Дата обращения 25.03.2024).

10. Распоряжение Правительства России от 26 апреля 2019 г. №833-р [Электронный ресурс] <http://static.government.ru/media/files/EIHhjihSWOoZSfE4OuOTqJuF5mr7e7P7.pdf> (Дата обращения 25.03.2024).

11. Регламент медицинского обеспечения в пунктах приема нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [Электронный ресурс] <https://base.garant.ru/74998631/> (Дата обращения 25.03.2024).

Методические документы:

1. Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (к государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным приказом Минспорта России от 22.02.2023 № 117) (утв. Министерством спорта РФ 29 мая 2023 г.) [Электронный ресурс] <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406934074/> (Дата обращения 25.08.2023).

Основная литература:

1. Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО. Учебное пособие для вузов/ Бардамов Г.Б., Бадлуева С.В., Шаргаев А.Г. – Москва: «Лань», 2022. – 144 с.

Интернет-ресурсы:

1. Сайт ВФСК ГТО - <https://www.gto.ru/> (Дата обращения 25.08.2023).

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Цифровая образовательная платформа: [https:// dpo.mcvp.ru](https://dpo.mcvp.ru)

Веб-браузер Яндекс.

Сервис видеоконференцсвязи яндекс-телемост.

Компьютер/ноутбук, выход в интернет.

4.3. Кадровое обеспечение программы

Преподаватели, имеющие высшее базовое образование по направлениям «Физическая культура и спорт», в том числе участвующим на регулярной основе в мероприятиях ВФСК ГТО, имеющим подготовку по направлению «Образование и педагогические науки», регулярно повышающих профессиональную квалификацию (не реже 1 раза в 3 года), привлекаемых к реализации программы на основании трудового договора.

«Ценности московского образования»

Инвариантный модуль

(2 ч.)

Раздел 1. «Характеристика программы»

1. Цель реализации модуля 1: совершенствование профессиональных компетенций слушателей в области ценностей московского образования.

1.1. Совершенствуемые/новые компетенции

№	Компетенции	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (бакалавриат)
		Код компетенции
1.	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	ОПК-1

1.2. Планируемые результаты обучения

№	Знать - уметь	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
		Код компетенции
1.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные документы, задачи и механизмы, определяющие ценности и цели московского образования 2. Управленческие инструменты как средства достижения целей московского образования 3. Стратегию ориентации в основных документах, задачах, механизмах, инструментах, направленных на реализацию ценностей и целей московского образования <p>Уметь: Ориентироваться в основных документах, задачах, механизмах, инструментах, направленных на реализацию ценностей и целей московского образования</p>	ОПК-1

1.3. Категория обучающихся: уровень образования - высшее образование, область профессиональной деятельности – основное общее, среднее общее образование.

1.4. Модуль реализуется с применением дистанционных образовательных технологий.

1.5. Трудоемкость обучения: 2 часа.

Раздел 2. «Содержание программы»

2.1 Учебно-тематический план

№	Наименование	Внеаудиторные учебные занятия		Трудоемкость
				ь

п/п	разделов (модулей) и тем	Видео лекции/лекции и презентации	Практические занятия	Форма контроля	
1.1	Основные документы, задачи и механизмы, определяющие ценности и цели московского образования.	0,5	0,5	Тест №1.1	1
1.2	Управленческие инструменты как средства достижения целей московского образования.	0,5	0,5	Тест №1.2	1

2.2 Учебная программа

Темы	Виды учебных занятий/работ	Содержание
Тема 1.1 Основные документы, задачи и механизмы, определяющие ценности и цели московского образования.	Видео лекции/лекции презентации, 0,5 часа	Государственная программа города Москвы «Развитие образования города («Столичное образование»)). Приоритетные задачи московской системы образования. Основные механизмы повышения эффективности системы образования Москвы (Рейтинг вклада школ в качественное образование, аттестационная справка директора и др.). Городские проекты. Результаты системы образования города Москвы. Стратегия ориентации в основных документах, задачах, механизмах, направленных на реализацию ценностей и целей московского образования
	Практическая работа, 0,5 часа	Систематизация содержания лекции на основании стратегии ориентации в основных документах, задачах, механизмах, направленных на реализацию ценностей и целей московского образования Тест №1.1

Тема 1.2. Управленческие инструменты как средства достижения целей московского образования.	Видео лекции/лекции презентации, 0,5 часа	Содержание управленческой компетентности сотрудников образовательных организаций города Москвы (управленческие функции и инструменты для их реализации; управленческое решение; техники и приемы командной работы; способы предвидения и предотвращения конфликтных ситуаций). Социальные коммуникации как фактор эффективного взаимодействия всех участников образовательных отношений (принципы, способы передачи информации в ОО; построение грамотного взаимодействия участников образовательных отношений) Стратегия ориентации в основных инструментах, направленных на реализацию ценностей и целей московского образования
	Практическая работа, 0,5 часа	Систематизация содержания лекции на основании стратегии ориентации в основных инструментах, направленных на реализацию ценностей и целей московского образования Тест №1.2

Раздел 3. «Формы аттестации и оценочные материалы»

В качестве контроля выступает промежуточная аттестация в форме тестирования. «Зачет» выставляется при условии выполнения не менее 60% верных ответов.

Тест №1.1

Пример вопросов тестирования:

1. Цель реализации Государственной программы города Москвы «Столичное образование»:

- А. Создание средствами образования условий для формирования личной успешности жителей города Москвы
- Б. Максимальное удовлетворение запросов жителей города Москвы на образовательные услуги
- В. Развитие государственно-общественного управления в системе образования
- Г. Обеспечение соответствия качества общего образования изменяющимся запросам общества

2. Основной целью существования рейтинга школ является:

- А. Поиск школ-лидеров для предоставления им повышенного финансирования, с помощью которого они смогут создать и развить свою уникальную атмосферу для предоставления качественного образования и массового развития таланта
- Б. Мотивация каждой школы на работу в интересах каждого ребенка, семьи, города
- В. Осуществление статистического мониторинга состояния образования

Тест №1.2

Пример вопросов тестирования:

1. Выберите ключевые составляющие личной эффективности?

- А. результативное достижение личных целей
- Б. способность человека с меньшими затратами ресурсов (труда, времени) достигать большего результата

- В. физическое здоровье
- Г. знания и опыт

2. Что является оценкой эффективности исполнения управленческого решения?

- А. Степень достижения цели
- Б. Состав источников финансовых ресурсов
- В. Количество исполнителей решения
- Г. Количество альтернатив

Раздел 4. «Организационно-педагогические условия реализации программы»

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Интернет-источники:

1. **Школа. Москва** [Электронный ресурс] (URL: <https://shkolamoskva.ru/>) (дата обращения 23.01.2024 г.)
2. **Московская электронная школа** [Электронный ресурс] (URL: <https://school.mos.ru/>) (дата обращения 23.01.2024 г.)

4.2. Материально-технические условия реализации модуля

Для реализации модуля необходимо следующее материально-техническое обеспечение: мультимедийное оборудование (компьютер с выходом в Интернет).

Ссылка для доступа к модулю:

<https://sdo.corp-univer.ru/course/view.php?id=1467>