

 СЕКЦИЯ «ГТО»

**Приглашаем на
секцию по подготовке
к сдаче норм ГТО.**

**МАОУ «СОШ №15 г.
Челябинска»**

**Большой зал с 10:00
до 15:00**

**Учитель физической
культуры
Нечепуренко Андрей
Викторович**



- Бег
- Пресс
- Прыжок в длину с места
- Подтягивание
- Отжимание
- Наклон вперёд с прямыми ногами
- Лыжные гонки
- Плавание
- Стрельба из пневматической винтовки

**Сдай нормативы
ГТО**

**+ дополнительные
баллы к ЕГЭ**

**Получи значок и носи
его с гордостью**

Секция «ГТО» -

Общероссийское движение «Готов к труду и обороне» - это программа физкультурной подготовки. С 2014 года началось его возрождение. Нормативы ГТО могут выполнять граждане в возрасте от 6 до 70 лет.

Виды испытаний направлены на определение уровня развития физических качеств человека: выносливости, силы, гибкости и его скоростных возможностей.

Комплекс состоит из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами и нормативов по 3 уровня 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.

Секция «ГТО», открытая на базе МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска» (ул. Ширшова, 9) с сентября 2022 года, способствует улучшению физической подготовки старшеклассников и в целом развитию массового спорта. Выпускники, имеющие золотой, серебряный или бронзовый знак ГТО, могут получить дополнительные баллы к ЕГЭ при поступлении в вуз.

Для формирования бюджетных группы секции «ГТО» приглашаются ученики 11 классов.

Запись в группы осуществляется у руководителя секции – учителя физической культуры Нечепуренко Андрея Викторовича, с понедельника по пятницу, с 9.00 до 15.00.

Занятия будут проводиться в малом спортивном зале (базовой школы) во вторую половину дня.