#  **ИНФОРМАЦИЯ**

**для выпускников 11 классов общеобразовательных школ городского округа город Мантурово.**

#  **Как получить золотой значок ГТО и какие**

#  **привилегии он даёт выпускникам школ?**

Уже ни для кого не секрет, что знак ГТО (Готов к труду и обороне) дает возможность получить дополнительные баллы к сумме ЕГЭ при поступлении в высшие учебные заведения, согласно порядку приема.

Согласно с пунктом 44 «Порядка приема на обучение по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 14 октября 2015 г. № 1147, ВУЗы обязаны учитывать наличие золотого значка при подсчете баллов, что вполне может перевесить чашу весов в вашу сторону. Также, если Вам присвоен данный знак отличия, то Вы можете получить повышенную стипендию при обучении.

**Давайте рассмотрим данный вопрос по порядку:**

 1.Каждый ВУЗ сам определяет количество баллов за значок спортсмену(смотреть в правилах приема вузов). Максимальный дополнительный балл к ЕГЭ – 10 баллов. Обязательным является иметь на руках удостоверение о сдаче нормативов и знак.

 2.Первое, что необходимо отметить, это то, что **знак ГТО бывает 3 уровней** – бронзовый, серебряный и золотой. Именно **золотой знак дает преимущество при поступлении в вуз.** Есть вузы, которые принимают серебряный, но их крайне мало, так что нужно понимать, что имеет смысл получать только золото.

 3.Также стоит отметить, что **у ГТО есть ступени**. Ступени разделяются по возрастной категории. Тут нужно быть внимательными. Если Вы получили знак ГТО в 15 лет (Вам дадут ГТО 4 ступени для школьников 13-15 лет), а документы подаете в вуз, когда Вам будет 17, то этот знак будет уже недействителен, так как необходимо иметь ГТО 5 ступени для школьников 16-17 лет.
К тому же, может возникнуть ситуация, что на момент подачи документов в вуз Вам исполнится 18 лет. В этом случае знак 5 ступени уже не будет учитываться, так как нужно будет получить знак уже 6 ступени.

 4.Для данных возрастных категорий будут предложены различные испытания. Здесь мы приведём их общий список:

* Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
* Подтягивание из виса на высокой перекладине;
* Подтягивание из положения лёжа на низкой перекладине;
* Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (отжимание);
* Поднимание туловища из положения лёжа на спине;
* Метание спортивного снаряда;
* Рывок гири;
* Прыжок в длину с места, отталкиваясь двумя ногами;
* Прыжок в длину с разбега;
* Бег на расстояние;
* Челночный бег;
* Кросс по пересечённой местности;
* Плавание;
* Стрельба из пневматической винтовки;
* Самозащита без оружия;
* Туристский поход с проверкой туристских навыков.

 5.На золотую медаль требуется сдать 9 нормативов из 9 блоков: 4 блока из них обязательные и 5 блоков необходимо выбрать из 9 предложенных. Блоки тоже вариативные. Например, в первом блоке предлагается выбрать один из 3 вариантов: бег на 30 метров, бег на 60 метров и бег на 100 метров. Вы сами выбираете наиболее выигрышный для Вас вариант из блока.

 6. Для выяснения точных нормативов, соответствующих возрасту будущего медалиста, информацию необходимо посмотреть на сайте <https://www.gto.ru/norms>

 **Как и где можно сдать нормативы ГТО для золотого значка?**

 1. Записаться на сдачу ГТО можно по телефону 8 915-902-8077 с 10.00 до 18.00 час. Прием тестовых испытаний у населения проходит каждый четверг с 15.00 до 18.00 час. по адресу: г.Мантурово ул.Советская д.52 «з» на базе МБУ спортивная школа.

*Кстати, нельзя пройти испытание по всем категориям вашей возрастной ступени в один день.*

 Для достижения наилучших результатов стоит хорошо подумать и распределить сдачу нормативов так, чтобы организм не получил перегрузку и был в отличном состоянии для сдачи нормы на каждый вид спорта.

 2.После того, как Вы благополучно прошли все установленные испытания, остаётся только ждать награждения. Не стоит ожидать получения награды слишком быстро — часто до него проходит около 3-х месяцев, а иногда и больше. Приказ о присвоении золотых значков ГТО **подписывает лично Министр спорта Российской Федерации**.

Мы надеемся, что данная информация будет полезна для Вас и Вы смогли найти здесь ответы на многие вопросы, связанные с программой **«Готов к труду и обороне»** и получении золотых значков ГТО.