



# Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса физического воспитания граждан

Статс-секретарь - заместитель Министра спорта России  
Наталья Владимировна Паршикова

[900igr.net](http://900igr.net)



**Поручение Президента Российской Федерации от 4 апреля 2013 года  
Пр-756, п. 1а**

«Разработать и представить на рассмотрение Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс – программную и нормативную основу физического воспитания граждан, предусматривающую требования к их физической подготовленности и соответствующие нормативы с учетом групп здоровья»

## Участники процесса разработки

- ✓ Минспорт России
- ✓ Минобрнауки России
- ✓ Минобороны России
- ✓ МВД России
- ✓ МЧС России
- ✓ Минздрав России
- ✓ Минкультуры России
- ✓ Минкомсвязь России
- ✓ ОГО ВФСО «Динамо», ДОСААФ, ОКР и др.
- ✓ Субъекты РФ
- ✓ Муниципальные образования



## Основа комплекса

- ✓ Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года
- ✓ Государственная программа РФ «Развитие физической культуры и спорта»
- ✓ Результаты апробации аналогичных систем тестирования в Республике Мордовия, Свердловской, Ярославской, Кемеровской областях, Москве и других регионах страны
- ✓ Результаты исследования ВНИИФК на базе 11 федеральных экспериментальных площадок
- ✓ Комплекс ГТО от 1985 года – основа современного тестирования во многих зарубежных странах



## Дополнения новой редакции комплекса

- ✓ Сформулированы цель и задачи Комплекса
- ✓ Скорректированы содержание и структура Комплекса
- ✓ Внесено разделение видов испытаний на «обязательные» и «по выбору»
- ✓ Включены в перечень испытаний национальные виды спорта
- ✓ Введена вариативность испытаний
- ✓ Включены новые структурные разделы
- ✓ Введены инструменты стимулирования спортсменов к выполнению нормативов Комплекса
- ✓ Введены новые виды испытаний
- ✓ Введена новая ступень



## Процесс разработки

- ✓ Выездное заседание на спортивной базе «Озеро Круглое», доработка проектов рабочей группой и Экспертным советом
- ✓ Согласование базовых принципов проектов Концепции и Положения комплекса с регионами и федеральными органами исполнительной власти
- ✓ Представление на совместном заседании коллегии Минспорта России и Межведомственной комиссии по развитию физической культуры, массового спорта и традиционных видов физической активности Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта
- ✓ Согласование проектов в установленном порядке
- ✓ Публикация Концепции и Положения комплекса



## Согласование комплекса

- *Министерства и ведомства России:*  
Минздрав, Минкомсвязь, Минобрнауки, Минобороны, МЧС, МИД, ФСБ, Росмолодежь.
- *Субъекты Российской Федерации:* согласовали все.
- *Всероссийские федерации по видам спорта:*  
Федерация плавания, Федерация спортивного туризма, Федерация спортивного ориентирования, Федерация полиатлона, Федерация лёгкой атлетики, Федерация лыжных гонок, Стрелковый союз России.
- *Общественные организации:*  
ДОСААФ, Динамо (от МВД), ОКР, Федерация независимых профсоюзов.



## Понятие комплекса

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс - программно-нормативная основа физического воспитания различных групп населения Российской Федерации.

Определяет концептуальные подходы и требования к разработке программ (стандартов), направленные на повышение уровня физической подготовленности обучающихся, трудящихся, лиц старшего и пожилого возраста, устанавливает перечень знаний, умений, навыков каждого человека по ведению здорового образа жизни, физическим упражнениям, занятиям спортом.

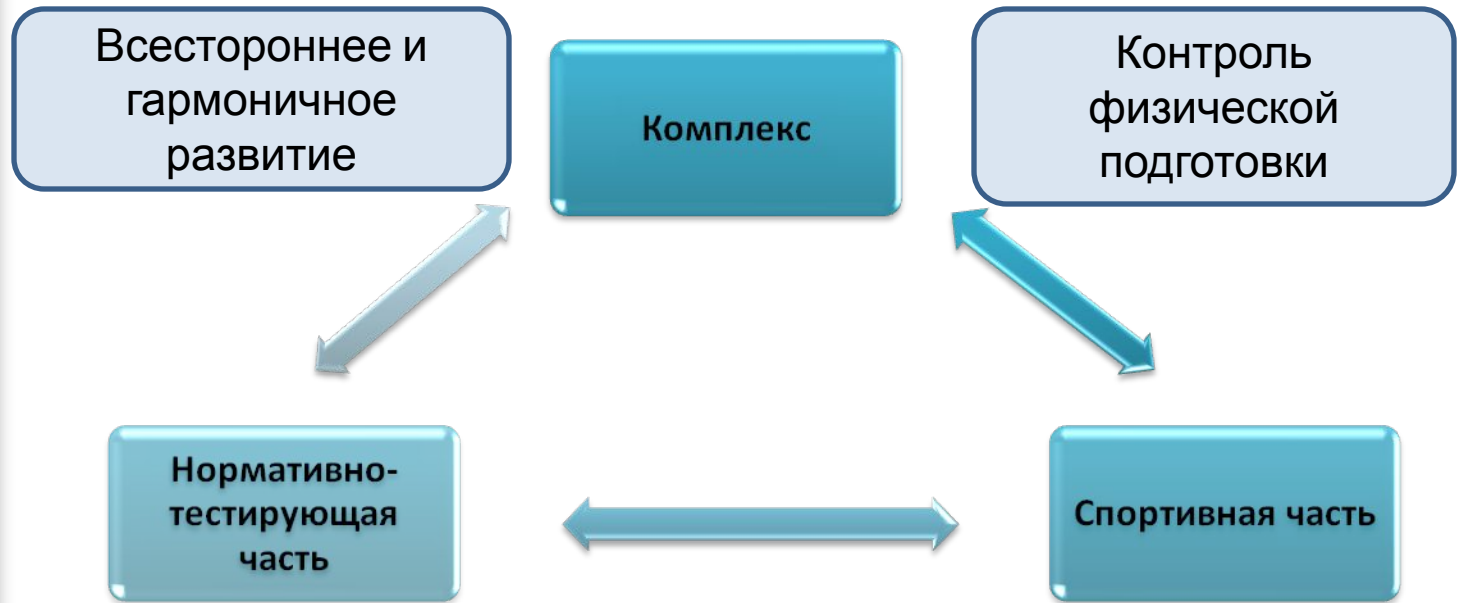
Программная основа Комплекса определяет содержание базового физкультурного образования, содержание средств оценки физической подготовленности человека и физического здоровья нации.







# Структура комплекса



- |          |                   |
|----------|-------------------|
| Быстрота | Координация       |
| Гибкость | Выносливость      |
| Сила     | Прикладные навыки |

Спортивные дисциплины, входящие в Комплекс, способствующие развитию основных двигательных качеств

## Испытания (тесты) Комплекса



1. Челночный бег 3x10 м.
2. Бег 30, 60, 100 м.
3. Бег 1000; 1500; 2000; 2500; 3000 м.
4. Прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега
5. Подтягивания на низкой и высокой перекладинах, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднятие туловища из положения лежа на спине
6. Наклон вперед из положения стоя на полу или гимнастической скамье
7. Метание спортивного снаряда в цель и на дальность
8. Плавание 10, 15, 25, 50 м.
9. Бег на лыжах, кросс по пересеченной местности 1, 2, 3, 5 км.
10. Стрельба из положения сидя и положения стоя
11. Туристский поход

## Ступени Комплекса



I ступень «Играй и двигайся»: 1–2 классы (6–8 лет)

II ступень «Стартуют все»: 3–4 классы (9–10 лет)

III ступень «Смелые и ловкие»: 5–6 классы (11–12 лет )

IV ступень «Олимпийские надежды»: 7–9 классы (13–15 лет)

V ступень «Сила и грация»: 10–11 классы, СПО (16–17 лет)

VI ступень «Физическое совершенство»: 18–30 лет

VII ступень «Радость в движении»: 31–40 лет

VIII ступень «Бодрость и здоровье»: 41–50 лет

IX ступень «Здоровое долголетие»: 51–55 лет и старше



# Макеты знаков комплекса





## Варианты названия комплекса

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс

1. Команда «Россия»
2. «Я выбираю спорт»
3. «Лидер»
4. «Займись спортом»
5. «Будь здоров»

# Целостный подход



## Нормативно-правовое регулирование

1. Указ Президента Российской Федерации, предусматривающий мероприятия по утверждению и внедрению комплекса.
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации, предусматривающее:
  - ✓ одобрение Концепции комплекса;
  - ✓ полномочия федерального органа исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта по утверждению комплекса.
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации, предусматривающее создание правительственной комиссии по внедрению комплекса и утверждение поэтапного плана мер по внедрению комплекса.
4. Приказ Минспорта России, предусматривающий утверждение и внедрение комплекса.



## Зачем это нужно обществу?

- ✓ Быстрота
- ✓ Сила
- ✓ Выносливость
- ✓ Гибкость
- ✓ Координация
- ✓ Прикладные навыки

Гармоничное развитие







# Принципы формирования МОТИВАЦИИ





## Пропаганда комплекса

**СМИ**

**Массовые  
акции**

**ПРОПА  
-ГАНДА**

**Социальн  
ые сети**

**Всероссийск  
ие конкурсы**

**Наглядная  
агитация**



## Меры привлечения населения к комплексу совместно с Минкомсвязью России

Проведение информационно-просветительских мероприятий, пропаганда комплекса среди всех категорий населения

Сотрудничество с общероссийскими телеканалами в создании программ о комплексе

Оказание господдержки организациям, осуществляющим производство и распространение социально-значимых проектов в электронных и печатных СМИ, посвященных пропаганде комплекса

# Информационная площадка

## Создание единого информационного портала:

- ✓База данных результатов тестирования по стране;
- ✓Методические пособия для организаторов, участников, контролирующих;
- ✓Информация о площадках подготовки и выполнения норм;
- ✓Информация о спортивно-массовых событиях.

## Портал станет аналогом социальных сетей

- ✓Доступ через интернет со стационарных и портативных устройств;
- ✓Личные кабинеты участников Комплекса;
- ✓Форумы и блоги;
- ✓Акции от партнеров Комплекса.



## Этапы внедрения

**Первый (организационно-экспериментальный)** – 08.2013 – 12.2014

– проведение эксперимента в ряде субъектов Российской Федерации, доработка проекта

**Второй (апробационный)** – 09.2014 – 08.2015

– внедрение Комплекса в образовательных организациях и трудовых коллективах

**Третий (внедренческий)** – 09.2015 – 12.2016

– внедрение Комплекса во всех образовательных организациях

**Четвертый (реализационный)** – с 01.2017

– внедрение Комплекса повсеместно





Благодарю за внимание!

Статс-сектерарь - заместитель Министра спорта России  
Наталья Владимировна Паршикова