



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ  
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ**

ул. Постникова, 27, г. Оренбург, 460000

телефон: (3532) 77-44-41;

телефакс: (3532) 77-95-36

e-mail: [minobr@obraz-orenburg.ru](mailto:minobr@obraz-orenburg.ru),

[minobr@mail.orb.ru](mailto:minobr@mail.orb.ru)

01.04.2013 № 01-23808

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

О проекте концепции Всероссийского  
физкультурно-спортивного комплекса

Руководителям  
органов управления образованием

Директорам ДЮСШ

на сайт

эл.почта

*Сидорова*

Уважаемые коллеги!

В соответствии с пунктом 1а перечня поручений Президента Российской Федерации от 13.03.2013 №Пр-756, касающегося разработки Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (далее – Комплекс) – программной и нормативной основы физического воспитания граждан, Минспортом России при участии Минобрнауки России разработан проект концепции Комплекса.

Направляем проект концепции Комплекса для организации широкого общественного обсуждения, в том числе в рамках августовских педагогических совещаний работников образования.

Замечания и предложения просим направить в отдел дополнительного образования и воспитания на эл. почту: [sev@obraz-orenburg.ru](mailto:sev@obraz-orenburg.ru) не позднее 5 сентября т.г.

Приложение: на 14 л.

Заместитель министра

О.П.Озерова

Чакан Е.В.  
34-26-08

**Министерство спорта Российской Федерации**

**ПРОЕКТ**  
на 14.06.2013 г.

**КОНЦЕПЦИЯ**  
**ВСЕРОССИЙСКОГО**  
**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО**  
**КОМПЛЕКСА**

**Москва, 2013 год**

## Введение

Развитие физической культуры и спорта – важнейшая составляющая социальной политики государства, обеспечивающая воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, укрепления человеческого потенциала и повышения качества жизни россиян.

Физическая культура, являясь частью общей культуры человека, во многом определяет поведение человека в процессе получения образования, на производстве, в быту, в общении, способствует решению социально-экономических, воспитательных и оздоровительных задач.

За последние годы наметилась положительная тенденция в развитии физической культуры и спорта в Российской Федерации. Это позволило улучшить материально-техническую, нормативно-правовую, организационную, научно-образовательную и пропагандистскую базу физкультурного движения.

В настоящее время в стране функционируют около 262 тыс. спортивных сооружений, работают 331 тыс. штатных работников физической культуры. Развивают физическую культуру и спорт 170 тыс. учреждений, предприятий и организаций, в которых систематически занимаются более 32 млн. человек, что составляет 22,4% всего населения страны.

Российские спортсмены достойно представляют нашу страну на крупнейших международных соревнованиях, включая Олимпийские игры. Россия становится все более привлекательной для проведения крупнейших международных спортивных мероприятий и соревнований.

Вместе с тем, исходя из глобальных задач, стоящих перед физкультурно-спортивным движением по повышению социально-экономического развития страны, необходимо существенно увеличить число российских граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, ведущих здоровый образ жизни.

В соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года» и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» на период до 2020 года, доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, должна достигнуть в 2020 году 40%, а среди обучающихся – 80%.

Для решения этой задачи требуется создание современной и эффективной государственной системы физического воспитания населения. Основным элементом данной системы призван стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс (далее – Комплекс).

Концепция Комплекса разработана в соответствии с поручением 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, которой предусматриваются требования к их физической подготовленности и соответствующие нормативы с учетом групп здоровья».

Комплекс направлен на реализацию государственной политики в области физической культуры и спорта и представляет собой программно-нормативную основу физического воспитания различных групп населения. Комплекс будет способствовать формированию необходимых знаний, умений, навыков и приобщению к систематическим занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью обучающихся, трудящихся и пенсионеров, проведению мониторинга и улучшению физической подготовки граждан Российской Федерации.

Внедрение Комплекса, органично связанного с Единой всероссийской спортивной классификацией (далее – ЕВСК) и Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных

мероприятий и спортивных мероприятий (далее – ЕКП), позволит говорить о создании российской системы физического воспитания.

Для обучающихся общеобразовательных организаций Комплекс и действующие в настоящее время Всероссийские соревнования школьников – «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры» – станут взаимодополняющими.

Концепция определяет цель, задачи, структуру, содержание, обеспечение функционирования и механизмы реализации Комплекса.

### **1. Цель, задачи и принципы реализации Комплекса**

Цель Комплекса – повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, укреплении здоровья, улучшении благосостояния и качества жизни российских граждан, гармоничном развитии личности, формировании потребности людей в физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма и гражданственности, необходимости вести здоровый, спортивный образ жизни.

Задачи Комплекса:

- увеличение числа систематически занимающихся физической культурой и спортом к 2020 году до 57 млн. человек (40%), доведение их двигательной активности до 6 часов в неделю;
- повышение уровня физической подготовленности, качества и продолжительности жизни населения;
- повышение общего уровня знаний и информированности населения по вопросам занятий физической культурой и спортом, в том числе занимающихся самостоятельных, ведения здорового образа жизни;
- улучшение качества и расширение количества предоставляемых физкультурно-оздоровительных услуг населению;
- создание на федеральном уровне системы мониторинга физической подготовленности граждан;

- активизация работы по формированию у различных групп населения потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом с использованием современных информационных технологий;
- улучшение организации физкультурно-спортивной работы в производственных коллективах, по месту учебы и жительства, в местах массового отдыха граждан;
- модернизация системы физического воспитания и развития массового школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, путем расширения школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов;
- активизация деятельности работодателей по созданию условий для систематических занятий физической культурой и спортом трудящихся;
- создание единой системы непрерывного физического воспитания основных групп населения;
- создание современной материально-технической базы, увеличение количества объектов спорта, обеспечение необходимым спортивным инвентарем и оборудованием для занятий населения массовой физической культурой.

#### Основные принципы Комплекса:

- государственный характер и оздоровительная направленность;
- личностно-ориентированная направленность;
- вариативность и адаптируемость;
- добровольность и доступность;
- принцип комплексности оценок, научная доказательность;
- обязательность медицинского контроля;
- непрерывность и преемственность;
- учет региональных и национальных особенностей.

## 2. Структура и содержание Комплекса

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс состоит из двух частей:

- первая часть (нормативно-тестирующая) предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности, знаний, умений, навыков и требований к недельному двигательному режиму всех категорий и групп населения;
- вторая часть (спортивная) направлена на привлечение различных возрастных групп населения к занятиям спортом. Состоит из разрядных требований для различных видов многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс в соответствии с положением о ЕВСК, а также разрядных требований других видов спорта, входящих во Всероссийский реестр видов спорта и применяемых в качестве поощрения для получения золотого знака в соответствии с Положением о Комплексе. В том числе предусматривает выполнение нормативов Комплекса участниками всех этапов всероссийских соревнований, включенных в ЕКП межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России, программой которых предусмотрено выполнение норм Комплекса, в том числе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

Структура Комплекса включает следующие ступени<sup>1</sup>:

- I ступень «Играй и двигайся»: 6 - 8 лет (1 - 2 классы)
- II ступень «Стартуют все»: 9 - 10 лет (3 - 4 классы)
- III ступень «Смелые и ловкие»: 11 - 12 лет (5 - 6 классы)
- IV ступень «Олимпийские надежды»: 13 - 15 лет (7 - 9 классы)
- V ступень «Сила и грация»: 16 - 17 лет (10 - 11 классы)

---

<sup>1</sup> Один из вариантов

VI ступень «Физическое совершенство»: 18 - 29 лет

VII ступень «Радость в движении»: 30 - 39 лет

VIII ступень «Здоровое долголетие»: 40 - 55 лет и старше для женщин, 40 - 60 лет и старше для мужчин.<sup>2</sup>

Испытания (тесты) Комплекса направлены на контроль за развитием основных физических качеств: выносливости, быстроты, координации, гибкости, силы, а также за уровнем овладения прикладными умениями и навыками.

#### *Виды испытаний Комплекса*

1. Челночный бег 3x10 м – характеристика развития скоростных и координационных возможностей.
2. Бег 30, 60, 100 м – определение развития скоростных возможностей.
3. Бег 1; 1,5; 2; 2,5; 3 км – определение развития выносливости.
4. Прыжок в длину с места, тройной прыжок в длину с места и прыжок в длину с разбега – определение скоростно-силовых возможностей.
5. Подтягивания на низкой (из виса лежа) и высокой (из виса) перекладинах, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа на спине – определение развития силы и силовой выносливости.
6. Наклон вперед из положения стоя на полу или гимнастической скамье – развитие гибкости.
7. Метание мяча (спортивного снаряда) в цель и на дальность – овладение прикладным навыком.
8. Плавание 10, 15, 25, 50 м – овладение прикладным навыком.
9. Бег на лыжах 1, 2, 3, 5, 10 км – овладение прикладным навыком.

---

<sup>2</sup> В целях определения названий ступеней необходимо провести Всероссийский конкурс на лучшее название. Также предлагается провести конкурс и в целом по названию Комплекса и по определению его талисмана и талисмана по каждой ступени.



10. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия из положения сидя и положения стоя – овладение прикладным навыком.

11. Турпоход – овладение прикладными навыками.

Комплекс предусматривает возможность включения на региональном уровне национальных, этнических видов спорта, а также наиболее популярных в молодежной среде видов спорта.<sup>3</sup>

В рекомендации к недельному двигательному режиму определены общие временные объемы двигательной активности за неделю по каждой ступени (от 7 до 14 часов), а также перечень форм двигательной активности:

- утренняя гимнастика;
- обязательные учебные занятия в образовательных организациях;
- двигательно-активные виды деятельности в процессе учебного и трудового дня;
- организованные занятия в спортивных секциях, кружках по различным видам спорта, в группах здоровья и ОФП, участие в соревнованиях;
- самостоятельные занятия физической культурой и другие виды двигательной активности, включая спортивно-оздоровительные мероприятия в каникулярное время.

К выполнению норм Комплекса допускаются:

- лица, прошедшие медосмотр и допущенные к соревнованиям с учетом групп здоровья;
- систематически занимающиеся физической культурой и спортом.

Для успешной сдачи норм Комплекса необходимо выполнение не менее 5–6 испытаний, характеризующих основные физические качества и 1–2 прикладных видов испытаний в зависимости от требований к той или иной ступени Комплекса.

---

<sup>3</sup> Для служащих Вооруженных сил и иных силовых ведомств испытания (тесты и нормативы) осуществляются по разработанному и утвержденному в установленном порядке наставлениям и другими документами

### 3. Этапы внедрения Комплекса

#### *Основные этапы внедрения Комплекса*

1. Первый этап (организационно-экспериментальный) – август 2013 – декабрь 2014 года:

Начало эксперимента в субъектах Российской Федерации, представляющих все федеральные округа. Доработка проекта Комплекса в ходе научно-исследовательской работы в регионах, создание нормативно-правовой, организационно-управленческой и материально-финансовой базы, информационно-пропагандистское и научно-методическое обеспечение внедрения Комплекса.

2. Второй этап (апробационный) – сентябрь 2014 – август 2015 года (2014/2015 учебный год):

Начало внедрения Комплекса в образовательных организациях и трудовых коллективах. Апробация видов испытаний и норм, определяющих уровень физической подготовленности населения. Внесение необходимых корректив в нормативно-правовые документы, разработка организационно-управленческих моделей и подготовка материально-технической базы. Разрабатываются и апробируются различные схемы организационной работы по внедрению Комплекса на всех уровнях – от федерального до органов муниципальных образований и первичных коллективов.

3. Третий этап (внедренческий) – сентябрь 2015 (2015/2016 учебный год)– декабрь 2016 года:

Внедрение Комплекса во всех образовательных организациях, включая дошкольные. Продолжение апробации Комплекса в субъектах Российской Федерации, среди трудящихся и лиц пожилого возраста.

4. Четвертый этап (реализационный) – с января 2017 года:

Внедрение Комплекса среди всех категорий и групп населения страны (трудящиеся, лица пожилого возраста и пенсионеры).

#### 4. Структура управления и ресурсное обеспечение Комплекса

Реализация Комплекса осуществляется при участии: Администрации Президента Российской Федерации, Правительства Российской Федерации, Минспорта России, Минобрнауки России, Минздрава России, Минтруда России, Минобороны России, МВД России, МЧС России, Минкультуры России, Минкомсвязи России и других заинтересованных федеральных органов исполнительной власти, субъектов Российской Федерации и муниципальных образований.

Предлагается создать правительственную комиссию по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу.

Непосредственное руководство разработкой и внедрением Комплекса осуществляет Министерство спорта Российской Федерации.

Руководство внедрением Комплекса на местах осуществляют органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, а также муниципальных образований.

Организационной основой внедрения Комплекса в первичном звене российской системы физического воспитания должен стать спортивный клуб.

Физкультурно-спортивные объекты страны должны являться базой для подготовки и сдачи норм Комплекса гражданам России.

Ресурсное обеспечение апробации, внедрения и реализации Комплекса осуществляется из бюджетных и внебюджетных источников финансирования.

Активное участие в организации работы по внедрению Комплекса, в должны принимать общероссийские спортивные федерации по различным видам спорта, общероссийские физкультурно-спортивные общества, в первую очередь общественно-государственные.

## 5. Обеспечение функционирования Комплекса

*Научное, методическое, кадровое, информационно-пропагандистское, нормативно-правовое и медицинское обеспечение Комплекса* предполагает:

– привлечение к научному обеспечению реализации Комплекса научных и образовательных организаций Минспорта России, а также РАН, РАМН и РАО;

– проведение мониторинга реализации Комплекса;

– разработку рекомендаций для различных категорий и групп населения по подготовке и сдаче норм Комплекса;

– обобщение и распространение передового опыта по внедрению Комплекса в субъектах Российской Федерации, в муниципальных образованиях и спортивных клубах, в том числе школьных и студенческих;

– подготовку, переподготовку и повышение квалификации кадров, в том числе общественных кадров (волонтеров) для работы с населением по внедрению Комплекса;

– разработку эффективной системы мер, направленных на пропаганду Комплекса, включающих широкое информирование населения о Комплексе, а также осуществление просветительно-образовательной работы и оказание практической помощи в подготовке и сдаче норм Комплекса занимающимся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно;

– осуществление медицинского контроля на этапах подготовки и сдачи норм Комплекса при активном участии системы врачебно-физкультурных диспансеров;

– внедрение в практику работы физкультурно-спортивных организаций инновационного опыта работы по организации и развитию массового спорта по месту жительства и отдыха граждан, на предприятиях всех форм собственности и в образовательных организациях;

– нормативно-правовое обеспечение реализации Комплекса (принятие нормативных правовых актов различной юридической силы).

В первую очередь требуется внесение изменений в отраслевое законодательство, закрепление института «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс», определение его субъектов, механизмов взаимодействия органов власти, физкультурно-спортивных, образовательных и иных организаций, а также необходимы соответствующие изменения трудового законодательства, законодательства в области образования и здравоохранения.

### *Мотивы и стимулы реализации Комплекса*

Комплекс, как социально-культурное явление, должен стать важнейшей частью физической культуры личности и общества и выступить фактором, объединяющим интересы всех категорий граждан.

Для каждой социально-демографической группы граждан предусматриваются различные системы мотивации выполнения программы Комплекса:

– разработка системы мер награждения на федеральном, региональном и муниципальном уровнях успешно сдающих нормы Комплекса, а также организаторов его внедрения;

– создание полноценного бренда и соответствующей линии атрибутики: отличительные знаки, шевроны, экипировка, сувениры, технические средства, электронные карты (клубные), полиграфическая продукция;

– проведение всероссийских конкурсов на лучшую работу организаций и ведомств по созданию условий для внедрения Комплекса среди различных категорий и групп населения;

– льготное использование спортивной инфраструктуры при проведении мероприятий Комплекса;

– субсидии и льготы при посещении фитнес-клубов, спортивных залов, бассейнов и других объектов спорта;

– учет сведений при поступлении на обучение по программам профессионального образования об индивидуальных достижениях абитуриентов, в том числе и о результатах сдачи комплекса (дополнительные баллы к ЕГЭ);

– увеличение академической стипендии студентам, особо проявившим себя в организации, проведении и сдаче норм Комплекса;

– дополнительные дни к отпуску, премии по месту работы;

– организация массовых тренировок и прохождение испытаний Комплекса с участием звезд спорта (мастер-классы).

### Заключение

Реализация Комплекса, а также Государственных программ Российской Федерации по физической культуре и спорту, образованию, здравоохранению, будут способствовать модернизации системы физкультурно-спортивного движения страны, созданию современной системы физического воспитания и развития спорта, что позволит существенно повысить возможности физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, в активном вовлечении граждан Российской Федерации в систематические занятия физической культурой и спортом.

В результате будут достигнуты следующие результаты:

– количество лиц, выполнивших нормативы и требования Комплекса, удостоенных награждения знаками Комплекса, в 2020 году должно составлять не менее 20% от общего числа систематически занимающихся физической культурой и спортом;

– увеличение доли граждан Российской Федерации, занимающихся физической культурой и спортом по месту трудовой деятельности, в общей численности населения, занятого в экономике, с 10% в 2011 году до 25% в 2020 году;

– увеличение доли учащихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности учащихся и студентов с 43% в 2011 году до 80% к 2020 году;

– увеличение доли лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности данной категории населения с 3,0% в 2011 году до 20% к 2020 году;

– увеличение доли образовательных учреждений среднего и высшего профессионального образования, имеющих студенческие спортивные клубы, в общем количестве аккредитованных государственных образовательных учреждений среднего и высшего профессионального образования с 20% в 2012 году и до 60% в 2020 году;

– увеличение доли физкультурно-спортивных мероприятий среди учащихся и студентов, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, в общем количестве мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, с 3,0% в 2012 году до 6% в 2020 году.