

## **Министерство спорта Российской Федерации**

Одобрена на совместном заседании Межведомственной комиссии по развитию физической культуры, массового спорта и традиционных видов физической активности Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта и коллегии Министерства спорта Российской Федерации 26.06.2013 г. и доработана по итогам процесса согласования проекта Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе Экспертным советом по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

### **КОНЦЕПЦИЯ**

### **ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА**

**Москва, 2014 год**

## Содержание

	Стр.
Введение	3
I. Цель, задачи и принципы реализации Комплекса	5
II. Структура и содержание Комплекса	6
III. Этапы внедрения Комплекса	11
IV. Обеспечение функционирования Комплекса	12
Заключение	15

## 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.

За последние годы наметилась положительная тенденция в развитии физической культуры и спорта в Российской Федерации. В первую очередь это связано с улучшением материально-технической, нормативно-правовой, организационной, научно-образовательной и пропагандистской баз физкультурно-спортивного движения.

В стране функционируют около 262 тыс. спортивных сооружений. Развивают физическую культуру и спорт 331 тыс. штатных работников в 170 тыс. учреждений, предприятий и организаций. В настоящее время систематически занимаются физической культурой и спортом более 35 млн. человек.

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

Вместе с тем, исходя из задач по повышению вклада физической культуры и спорта в социально-экономическое развитие страны, необходимо существенно увеличить число российских граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни.

В соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» доля населения, систематически занимающегося физической

культурой и спортом, к 2020 году должна достигнуть 40%, а **среди обучающихся – 80%**.

Для решения этой задачи требуется создание современной и эффективной государственной системы физического воспитания населения. Её системообразующим элементом, программной и нормативной основой 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, пункт 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». Концепция определяет цель, задачи, принципы, структуру, содержание, обеспечение функционирования и механизмы реализации Комплекса.

Комплекс направлен на реализацию государственной политики в области физической культуры и спорта, формирование необходимых знаний, умений, навыков, приобщение к систематическим занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью обучающихся, трудящихся, лиц старшего и пожилого возраста, проведение мониторинга и улучшение физической подготовленности граждан Российской Федерации.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс совместно с Единой всероссийской спортивной классификации (далее – ЕВСК), Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий (далее – ЕКП), федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) по физической культуре позволит создать эффективную государственную

систему физического воспитания населения и развития спорта высших достижений.

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

Целью внедрения Комплекса является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации.

Комплекс направлен на обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачи Комплекса:

1) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

2) повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан;

3) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

4) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

5) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

#### ***Принципы реализации Комплекса***

1. Государственный характер и оздоровительная направленность;
2. Личностно-ориентированная направленность;
3. Добровольность и доступность;

4. Принцип комплексности оценок, научная доказательность;
5. Обязательность медицинского контроля;
6. Непрерывность и преемственность;
7. Вариативность и адаптируемость;
8. Учет региональных и национальных особенностей.

## **2. Структура и содержание Комплекса**

Комплекс состоит из 11 ступеней для различных возрастных групп населения:

- I ступень: 1 - 2 классы (6 - 8 лет);
- II ступень: 3 - 4 классы (9 - 10 лет);
- III ступень: 5 - 6 классы (11 - 12 лет);
- IV ступень: 7 - 9 классы (13 - 15 лет);
- V ступень: 10 - 11 классы, среднее профессиональное образование (16 - 17 лет);
- VI ступень: 18 - 29 лет;
- VII ступень: 30 - 39 лет;
- VIII ступень: 40 - 49 лет;
- IX ступень: 50 – 59 лет;
- X ступень: 60 – 69 лет;
- XI ступень: 70 лет и старше.

Комплекс состоит из следующих частей:

первая часть (нормативно-тестирующая) предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности населения на основании результатов выполнения установленных нормативов с последующим награждением знаками отличия Комплекса;

вторая часть (спортивная) направлена на привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом с учетом возрастных групп населения с целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов.

**Нормативно-тестирующая часть** Комплекса состоит из трех основных разделов:

- 1) виды испытаний (тесты) и нормативные требования;
- 2) оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
- 3) рекомендации к недельному двигательному режиму.

**Виды испытаний (тесты) и нормативные требования** включают:

виды испытаний (тесты), позволяющие определить развитие физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков граждан; нормативы, позволяющие оценить уровень развития физических качеств в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека, представленные в государственных требованиях к физической подготовленности населения Российской Федерации.

Виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс, подразделяются на обязательные и по выбору.

Обязательные испытания (тесты) в соответствии со степенями:

- испытания (тесты) на определение развития скоростных возможностей;
- испытания (тесты) на определение развития выносливости;
- испытания (тесты) на определение развития силы и силовой выносливости;
- испытания (тесты) на развитие гибкости.

Испытания (тесты) по выбору в соответствии со степенями:

- испытания (тесты) на определение развития скоростно-силовых возможностей;
- испытания (тесты) на определение развития координационных способностей;
- испытания (тесты) на определение уровня овладения прикладными навыками.

Виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс, выполняются в соответствии с методическими рекомендациями по выполнению видов

испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс. Испытания (тесты) на силу, быстроту, выносливость и гибкость являются обязательными для получения знаков отличия Комплекса. Выполнение видов испытаний (тестов), направленных на овладение прикладными навыками, определение скоростно-силовых возможностей и координационных способностей, осуществляется по выбору.

Виды испытаний (тесты) и нормативы Комплекса, требования к оценке знаний и умений, а также порядок организации и проведения тестирования всех групп населения утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования и федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

**Оценка уровня знаний и умений** в области физической культуры и спорта включает проверку знаний и умений по следующим разделам:

влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;

гигиена занятий физической культурой;

основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;

основы методики самостоятельных занятий;

основы истории развития физической культуры, спорта и Олимпийского движения;

овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

## **Рекомендации к недельному двигательному режиму**

предусматривают минимальный объём различных видов двигательной активности, необходимый для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья, подготовки к выполнению норм в видах испытаний (тестов) Комплекса. Раздел разработан в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к условиям организации обучения в образовательных организациях и процессу трудовой деятельности.

**Спортивная часть Комплекса** включает разрядные требования для многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс.

Нормы и требования, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных разрядов и спортивных званий по видам многоборий Комплекса, утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

### ***Условия подготовки и выполнения норм Комплекса***

К выполнению нормативов Комплекса допускаются лица, относящиеся к различным группам здоровья, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов диспансеризации или медицинского осмотра. Перечень видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс, и порядок оценки выполнения нормативов лицами, отнесенными по состоянию здоровья к подготовительной или специальной медицинским группам, утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

Исходя из разнообразия природно-климатических, материально-технических и иных условий, субъекты Российской Федерации вправе дополнительно включить в Комплекс на региональном уровне два вида испытаний (тестов), в том числе по национальным, а также наиболее

популярным в молодежной среде видам физкультурно-спортивной деятельности, по своему усмотрению.

Комплекс предусматривает три уровня трудности (золотой, серебряный и бронзовый знаки отличия Комплекса).

Лица, выполнившие нормативы Комплекса, имеют право на получение соответствующего знака отличия Комплекса, образец и описание которого утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

Лица, имеющие спортивные звания и спортивные разряды не ниже второго юношеского и выполнившие нормативы Комплекса, соответствующие серебряному знаку отличия, награждаются золотым знаком отличия Комплекса.

Порядок награждения граждан знаками отличия Комплекса и присвоения им спортивных разрядов, утверждается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

В целях системной подготовки к выполнению норм Комплекса предусмотрено следующее положение: осуществлять подготовку в нечетных классах образовательных организаций с I по III ступени Комплекса, при этом выполнение норм в этих ступенях организуется в четных классах, для IV и V ступеней соответственно в 9 и 11 классах, а также применять спортивную часть Комплекса начиная с III ступени. Для первой ступени как вводной части Комплекса предусмотрено нововведение, связанное с познавательной и проектной деятельностью обучающихся.

### **3. Этапы внедрения Комплекса**

#### ***Основные этапы внедрения Комплекса***

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

Проведение эксперимента в субъектах Российской Федерации. Доработка проекта Комплекса в ходе научно-исследовательской работы, 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:

Апробация видов испытаний и норм Комплекса, определяющих уровень физической подготовленности населения в образовательных организациях и трудовых коллективах. Внесение необходимых корректив в нормативно-правовые документы, разработка организационно-управленческих моделей, подготовка материально-технической базы. Разработка и апробация различных схем организационной работы по внедрению Комплекса на всех уровнях – от федерального до муниципального и локального.

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

Внедрение Комплекса во всех образовательных организациях. 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.

#### **4. Обеспечение функционирования Комплекса**

##### **Структура управления и ресурсное обеспечение Комплекса**

Координацию деятельности по организации внедрения Комплекса осуществляет федеральный орган исполнительной власти, осуществляющий функции по выработке и реализации государственной политики и

нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, органы исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта субъектов Российской Федерации и органы местного самоуправления.

Ресурсное обеспечение апробации, внедрения и реализации Комплекса осуществляется заинтересованными федеральными органами исполнительной власти в пределах бюджетных ассигнований, предусмотренных им в федеральном бюджете на соответствующий финансовый год и плановый период.

Органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации рекомендуется осуществлять ресурсное обеспечение апробации, внедрения и реализации Комплекса за счет бюджетных ассигнований, предусмотренных им в бюджетах субъектов Российской Федерации на соответствующий финансовый год и плановый период.

Финансовое обеспечение Комплекса может осуществляться за счёт внебюджетных источников.

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

***Комплекса*** предполагают:

- привлечение к научному обеспечению реализации Комплекса научных и образовательных организаций Минспорта России, Минобрнауки России, Минздрава России, Российской академии наук, Российской академии медицинских наук и Российской академии образования;
- организацию мониторинга параметров, составляющих основу Комплекса;
- разработку рекомендаций для различных категорий и групп населения по подготовке и выполнению нормативов Комплекса;
- обобщение и распространение передового опыта по внедрению

Комплекса в субъектах Российской Федерации, 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 образовательно-просветительской работы и оказание практической помощи в подготовке и выполнении нормативов Комплекса занимающимся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно;

– обеспечение медицинского контроля на этапах подготовки и выполнения нормативов 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);

– внесение изменений в отраслевое законодательство, закрепление социального института «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс», определение его субъектов, механизмов взаимодействия органов власти, физкультурно-спортивных, образовательных и иных организаций, а также трудовое законодательство, законодательство 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 и стимулирующим интересы всех категорий граждан.

Для каждой социально-демографической группы граждан, а также организаторов процессов, активно участвующих в выполнении программы Комплекса, разрабатываются различные системы мотивации:

- система мер награждения и поощрения граждан, успешно выполняющих нормы Комплекса на федеральном, региональном и муниципальном уровнях;

- система мер награждения и поощрения организаторов и активных участников внедрения Комплекса на федеральном, региональном и муниципальном уровнях;

- создание полноценного бренда и соответствующей линии атрибутики: отличительные знаки, браслеты, экипировка, сувениры, технические средства, электронные карты (клубные), полиграфическая продукция и др.;

- проведение всероссийских конкурсов на лучшую организацию работы среди субъектов Российской Федерации, муниципальных образований, организаций и ведомств по созданию условий для внедрения Комплекса среди различных категорий и групп населения;

- льготное использование объектов спорта при проведении мероприятий Комплекса;

- морально-материальное стимулирование лиц, участвующих в подготовке и успешном выполнении норм Комплекса, а также предоставление льгот при посещении фитнес-клубов, спортивных залов, бассейнов и других объектов спорта (по решению муниципальных органов власти и собственников объектов);

- учет сведений об индивидуальных достижениях по физической культуре и спорту при приеме в соответствии с Порядком приема граждан на

обучение по программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры;

– возможность установления повышенной государственной академической стипендии студентам, обучающимся в образовательных организациях высшего образования и имеющим золотой знак отличия Комплекса, в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования;

– предоставление дополнительных дней к отпуску, премий по месту работы (по решению работодателя);

– организация мастер-классов, тренировок и выполнения нормативов Комплекса с участием звезд спорта.

### **Заключение**

Внедрение Комплекса, а также реализация Государственных программ Российской Федерации развития физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, будет способствовать модернизации системы физкультурно-спортивного движения страны, созданию эффективной государственной системы физического воспитания и развития массового спорта. Это существенно повысит возможности использования средств физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, активном вовлечении граждан Российской Федерации в систематические занятия физической культурой и спортом.

А также позволит выполнить следующие стратегические показатели:

- увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, с 22,5% в 2012 году до 40% в 2020 году;
- увеличение доли граждан Российской Федерации, занимающихся физической культурой и спортом по месту трудовой деятельности, в

общей численности населения, занятого в экономике, с 11% в 2012 году до 25% в 2020 году;

- увеличение доли учащихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности учащихся и студентов с 52,7% в 2012 году до 80% 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 до 60% в 2020 году;
- доля граждан, выполнивших нормативы и требования Комплекса, награждённых знаками Комплекса, в общей численности населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, составит к 2020 году – 20%.