|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДЕНО |
|  | Постановление Министерства спорта и |
|  | туризма Республики Беларусь |
|  | 02. 07.2014 № 16 |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь**

1. Настоящее Положение определяет состав, цели и задачи Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь (далее – комплекс).

2. Комплекс представляет собой совокупность программ и нормативов в качестве основы физического воспитания населения с учетом половозрастных и иных факторов.

3. Целью комплекса является развитие физической культуры и спорта, оздоровление и физическое воспитание населения, формирование здорового образа жизни.

4. Задачами комплекса являются:

* создание и развитие физкультурного движения в Республике Беларусь;
* повышение эффективности физического воспитания населения;
* обеспечение преемственности в формировании здорового образа жизни населения;
* привлечение населения к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях.

5. Комплекс состоит из трех программ:

* физкультурно-оздоровительная программа;
* программа физкультурно-спортивных многоборий;
* программа мотивации и стимулирования занятий физической культурой и спортом.

6. Уровень физической подготовленности населения определяется с учетом половозрастных групп.

7. Физкультурно-оздоровительная программа комплекса состоит из 6 ступеней, дифференцированных по различным возрастным группам граждан от 6 до 59 лет и старше:

7.1. Первая ступень «Олимпийские надежды» для детей 6–10 лет.

Цель ступени: формирование начального уровня физической культуры.

Задачи ступени:

* формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом;
* развитие основных двигательных умений и навыков;
* удовлетворение потребности детей в двигательной активности;
* мотивация к занятиям физической культурой.

Минимальный недельный двигательный режим для детей 6–10 лет и нормативы уровня физической подготовленности определены согласно приложению 1 к настоящему Положению;

7.2. Вторая ступень «Спортивная смена» для детей 11–16 лет.

Цель ступени: формирование базового уровня физической культуры.

Задачи ступени:

* формирование интереса к занятиям физической культурой, участию в соревновательной и игровой деятельности;
* мотивация к самостоятельному выполнению физических упражнений, комплексов физических упражнений;
* подготовка к выполнению нормативов программы физкультурно-спортивного многоборья «Защитник Отечества» для юношей допризывного и призывного возраста (15–17 лет и старше).

Минимальный недельный двигательный режим для детей 11–16 лет и нормативы уровня физической подготовленности определены согласно приложению 2 к настоящему Положению.

7.3. Третья ступень «Физическое совершенство» для девушек и юношей 17–18 лет.

Цель ступени: формирование интереса к занятиям физической культурой с учетом профильной ориентации.

Задачи ступени:

* осуществление профильной физической подготовки к службе в Вооруженных Силах Республики Беларусь, профессиональной деятельности;
* мотивация к самостоятельному выполнению физических упражнений, комплексов физических упражнений, регулярным занятиям физической культурой;
* формирование самоконтроля за занятиями физической культурой.

Минимальный недельный двигательный режим для девушек и юношей 17–18 лет и нормативы уровня физической подготовленности определены согласно приложению 3 к настоящему Положению;

7.4. Четвертая ступень «Здоровье, сила и красота» для граждан 19–22 лет.

Цель ступени: формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом с учетом дифференцированной профессионально-прикладной направленности.

Задачи ступени:

* формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом;
* оказание содействия в организации занятий физической культурой и спортом.

Нормативы уровня физической подготовленности для граждан 19–22 лет определены согласно приложению 4 к настоящему Положению;

7.5. Пятая ступень «Здоровье и красота» для граждан 23–29 лет, 30–39 лет, 40–49 лет.

Шестая ступень «Движение, здоровье и долголетие» для граждан 50–59 лет и старше.

Цель ступеней: совершенствование физической культуры и профессионально-прикладной физической подготовки.

Задачи ступеней:

* ориентация граждан на преимущества и ценности здорового образа жизни, занятия физической культурой;
* мотивация граждан для систематических занятий физической культурой и спортом;
* поддержание уровня физической подготовленности.

Нормативы уровня физической подготовленности для граждан 23–29 лет, 30–39 лет, 40–49 лет, 50–59 лет и старше определены согласно приложению 5 к настоящему Положению.

8. Целью программы физкультурно-спортивных многоборий комплекса является развитие системы спортивных соревнований среди различных возрастных групп граждан.

Задачи программы:

* повышение эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением;
* развитие физической подготовки граждан;
* популяризация комплекса.

Программа физкультурно-спортивных многоборий состоит из:

* системы спортивных соревнований летнего и зимнего многоборья «Здоровье», дифференцированных по возрастным группам от 8 до 60 лет и старше;
* системы спортивных соревнований многоборья «Защитник Отечества» для юношей допризывного и призывного возраста (15–17 лет и старше).

Программа физкультурно-спортивных многоборий определена согласно приложению 6 к настоящему Положению.

9. Целью программы мотивации и стимулирования занятий физической культурой и спортом комплекса является ориентация населения на приоритет здорового образа жизни.

Задачи программы:

* повышение заинтересованности руководителей организаций в занятиях физической культурой и спортом работников (учащихся);
* принятие мер по стимулированию граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
* развитие материально-технической базы.

В рамках реализации программы мотивации и стимулирования занятий физической культурой и спортом может быть предусмотрена система мер по стимулированию и дальнейшей мотивации граждан, успешно выполнивших нормативы комплекса, в том числе

* материальное поощрение работников (за активные занятия физическими упражнениями, занятые призовые места на спортивных соревнованиях),
* а также материальное поощрение руководителей организаций (за снижение общего уровня заболеваемости работников с временной утратой работоспособности),
* увеличение удельного веса лиц, не болевших в течение отчетного периода, выполнение мероприятий коллективных договоров по организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; занятые призовые места на спортивных соревнованиях и иное).

10. К выполнению нормативов комплекса допускаются лица, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе.

11. Министерство спорта и туризма Республики Беларусь, Министерство образования Республики Беларусь, областные и Минский городской исполнительные комитеты:

* осуществляют координацию и контроль за организацией работы по выполнению комплекса;
* оказывают методическую помощь иным органам государственного управления;
* обеспечивают проведение спортивных мероприятий по программе физкультурно-спортивных многоборий комплекса.