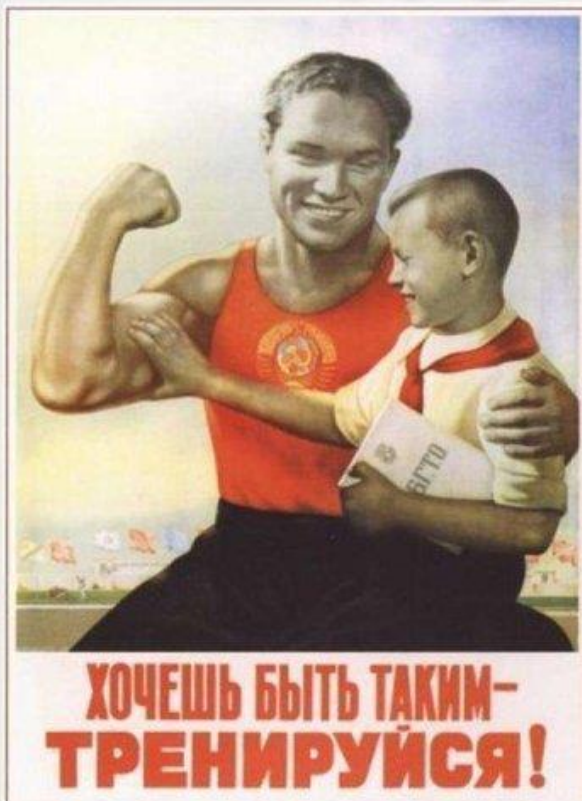




**Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»**



Что такое ГТО?



Общероссийское движение «Готов к труду и обороне» - программа физической подготовки, которая существовала в нашей стране с 1931 года по 1991 год.

Из истории ГТО .

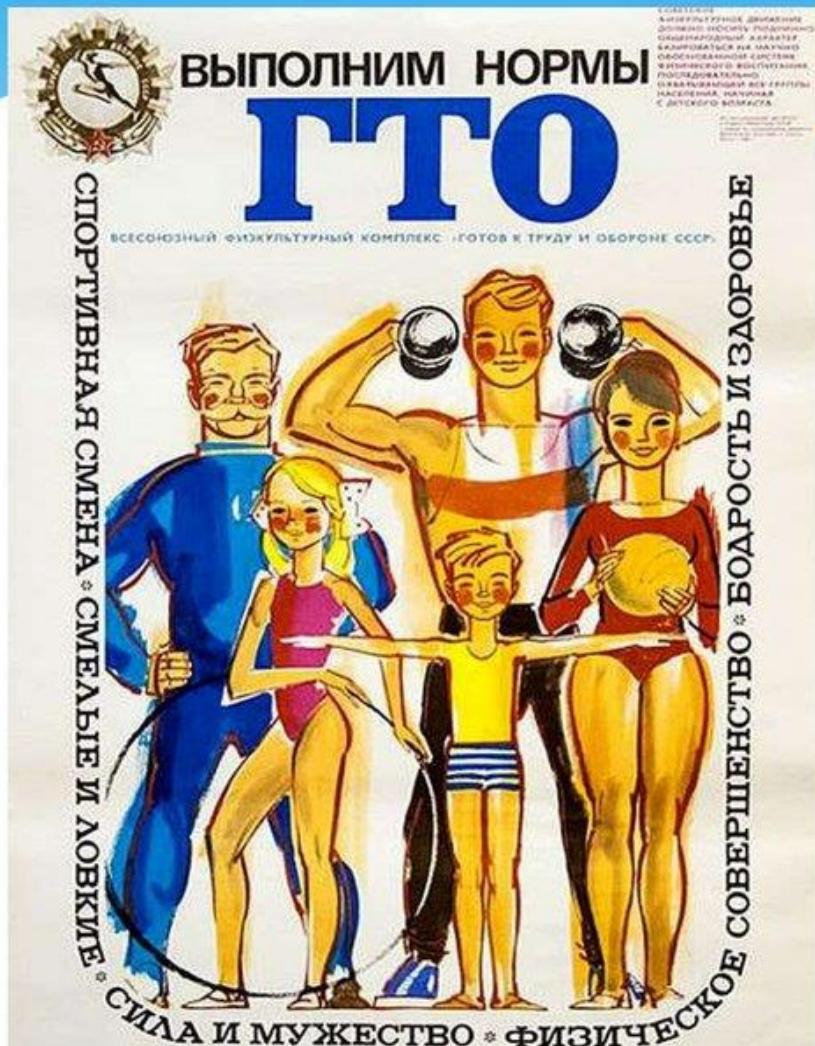


504. Голованов Л.
Молодежь — на стадионы! 1947

Существовала программа с 1931 по 1991 год.

С 2010 года программа начала свое возрождени.

ГТО МНОГО ЛЕТ НАЗАД



- * ГТО охватывало население в возрасте от 10 до 60 лет.
- * Сдавать нужно было такие виды упражнений, как бег, прыжки в длину и в высоту, плавание, метание мяча, лыжные гонки, подтягивание на перекладине, стрельба, велокросс, туристский поход и др.

В наши дни ГТО.



- По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране вводится **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)** для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.

Основная цель возрождения ГТО - популяризация спорта и увеличение числа людей, ведущих активный и здоровый образ жизни





**Сдавать спортивные нормативы дети будут с шести лет.
За хорошие результаты подросткам обещают знаки отличия, а также
присвоение спортивных разрядов и званий.
С 2015 года, помимо результатов ЕГЭ, при поступлении в
ВУЗы будут учитывать и результаты сдачи норм ГТО.**





ГТО – XXI век

Принципы:

- *добровольность и доступность;*
- *медицинский контроль;*
- *учёт местных традиций и особенностей.*

Степень	Возраст
1 степень —	Мальчики и девочки от 6 до 8 лет
2 степень —	Мальчики и девочки от 9 до 10 лет
3 степень —	Мальчики и девочки 11 до 12 лет
4 степень —	Юноши и девушки от 13 до 15 лет
5 степень —	Юноши и девушки от 16 до 17 лет
6 степень —	Мужчины и женщины от 18 до 29 лет
7 степень —	Мужчины и женщины от 30 до 39 лет
8 степень —	Мужчины и женщины от 40 до 49 лет
9 степень —	Мужчины и женщины от 50 до 59 лет
10 степень —	Мужчины и женщины от 60 до 69 лет
11 степень —	Мужчины и женщины старше 70 лет





золотой знак



серебряный знак



бронзовый знак

Лица, выполнившие государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», награждаются соответствующим знаком отличия – золотой, серебряный, бронзовый значок.



Спортивный клуб «Спартак»
СДЮСШОР «Спартак»
СДЮСШОР «Спартак»
СДЮСШОР «Спартак»

**ГТО — это возрождение
массового и детского спорта**

ГТО – путь к здоровью и успеху

Всероссийский
спортивно-оздоровительный
комплекс –
**УЧАСТВУЕТ
ВСЯ СТРАНА!**

НАГРАДЫ



1 место



2 место



3 место



БЕГ
на средние и длинные
дистанции



ПОДТЯГИВАНИЕ
на перекладине



СТРЕЛЬБА
из пневматической
винтовки



БЕГ НА ЛЫЖАХ
в зимний период



МЕТАНИЕ МЯЧА



ПРЫЖОК
в длину



ПЛАВАНИЕ

**РАЗВИВАЙ ТАЛАНТЫ,
ДОБИВАЙСЯ УСПЕХА,
ГОРДИСЬ СВОИМИ
ПОБЕДАМИ!**

Ступени норм ГТО для школьников

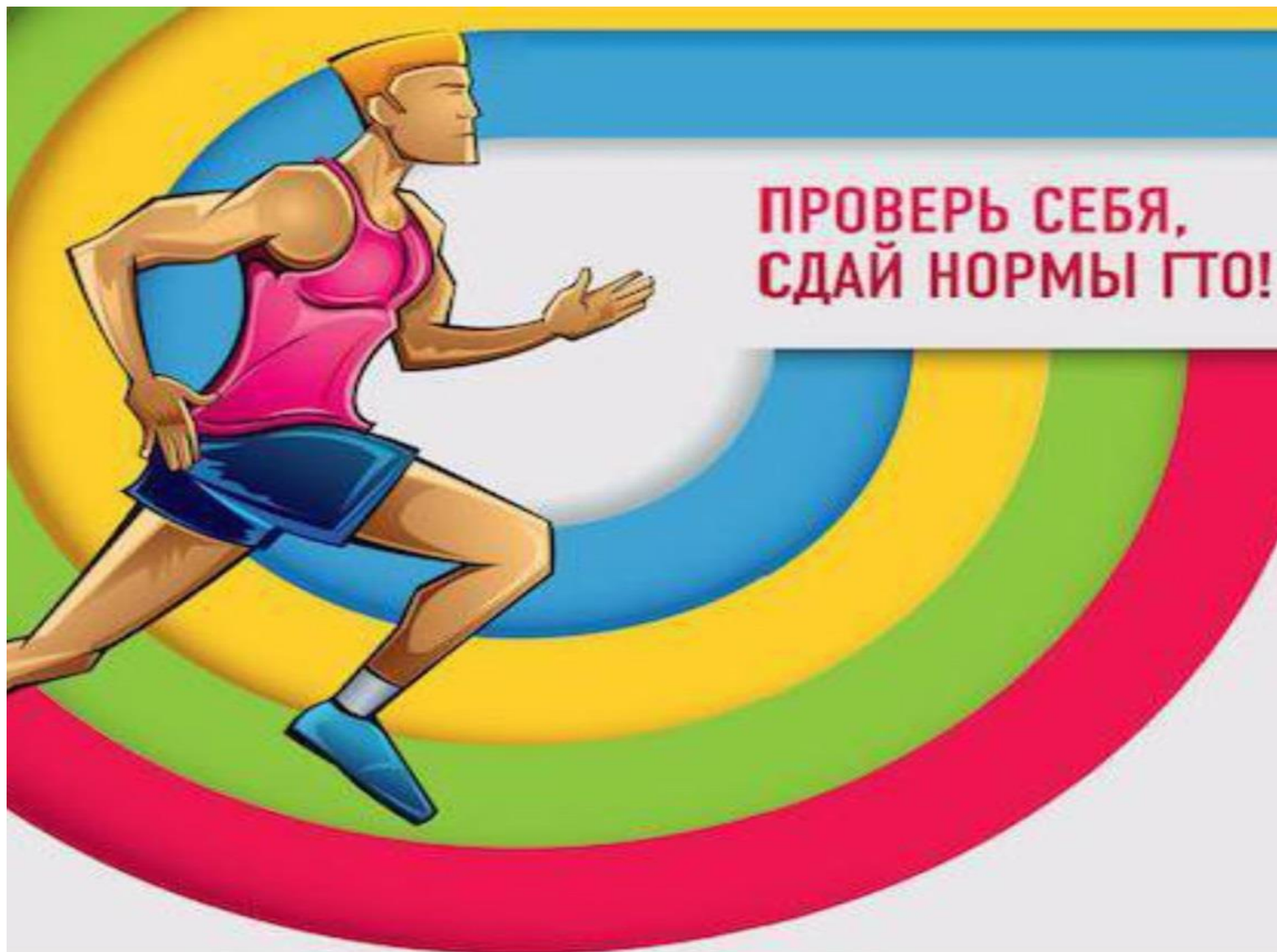




**Сдать ГТО совсем непросто,
Ты ловким, сильным должен быть,
Чтоб нормативы победить,
Значок в итоге получить.
Пройдя же все ступени вверх -
Ты будешь верить в свой успех.
И олимпийцем можешь стать,
Медали точно получать.**

ВСЕ НА СТАРТЫ ГТО!





**ПРОВЕРЬ СЕБЯ,
СДАЙ НОРМЫ ГТО!**

ТВОИ 5 ШАГОВ ДО ЗНАКА



Регистрация
на сайте gto.ru



Получение
медицинского
допуска



Выбор
площадки
тестирования



Выполнение
нормативов



Получение
знаков отличия

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

**Удачи в сдаче
норм ГТО!!!**

