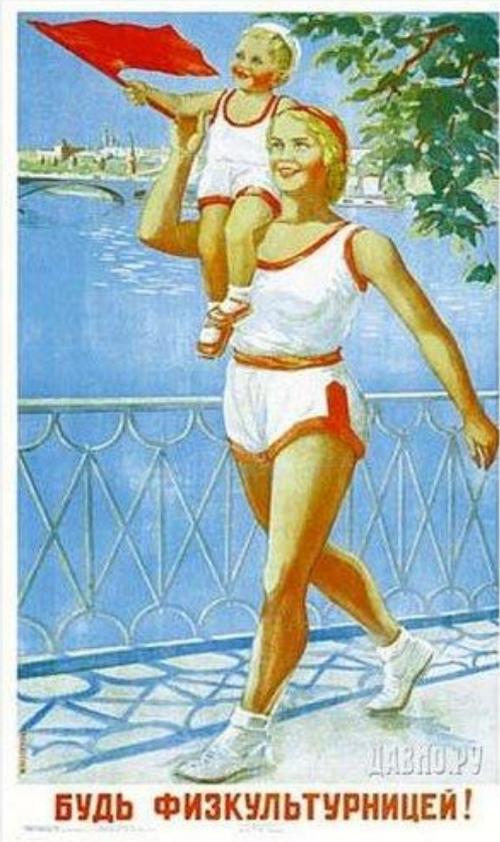
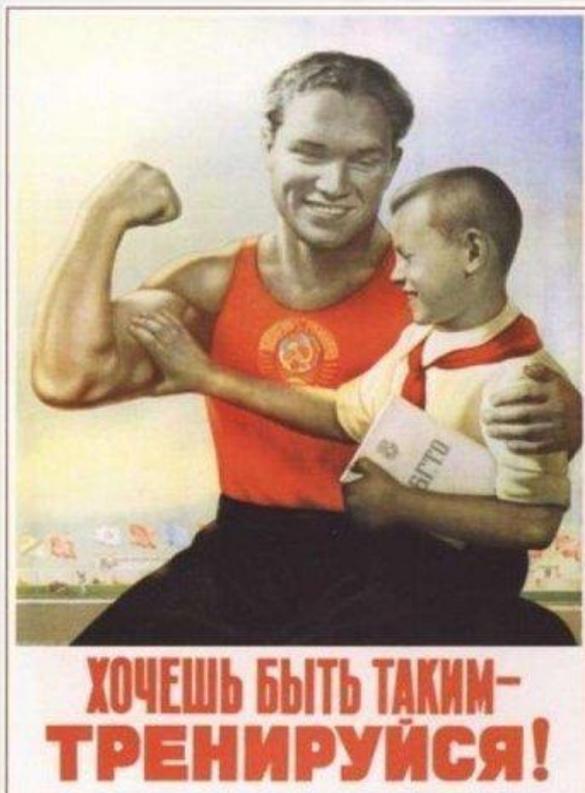




**Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»**



# Что такое ГТО?



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

# Из истории ГТО .

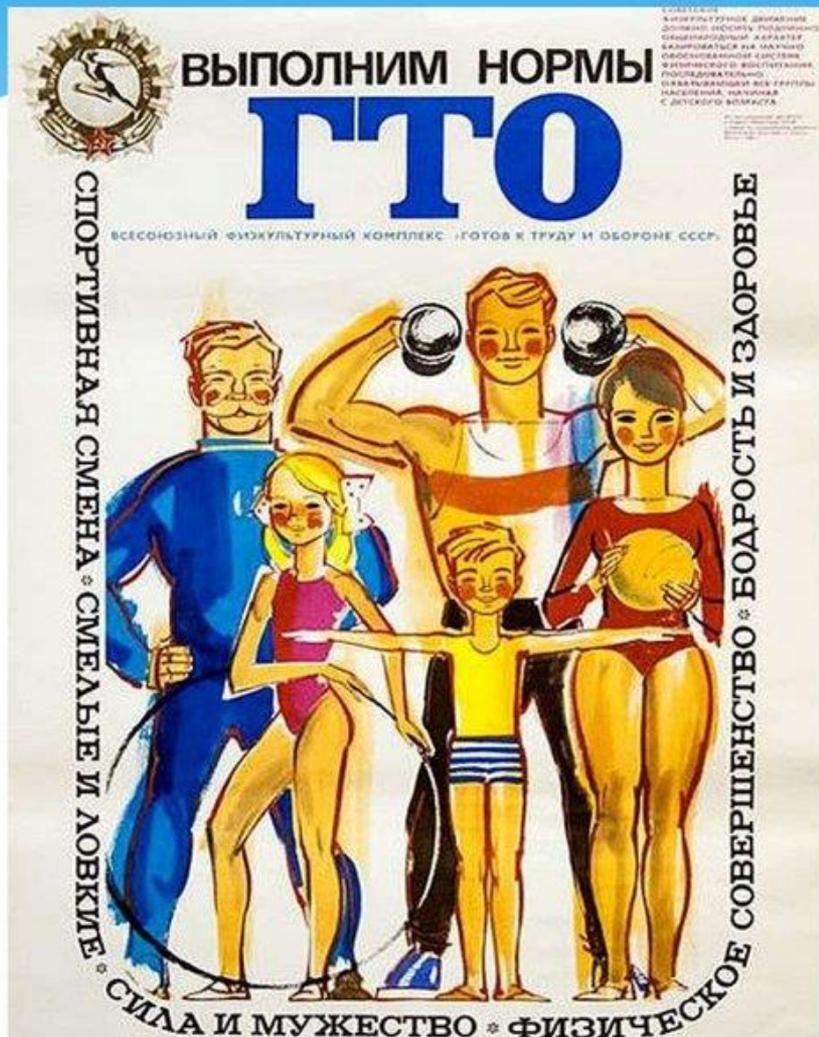


504. Голованов Л.  
Молодежь — на стадионы! 1947

Существовала программа с 1931 по 1991 год.

С 2010 года программа начала свое возрождение.

# 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.**



**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

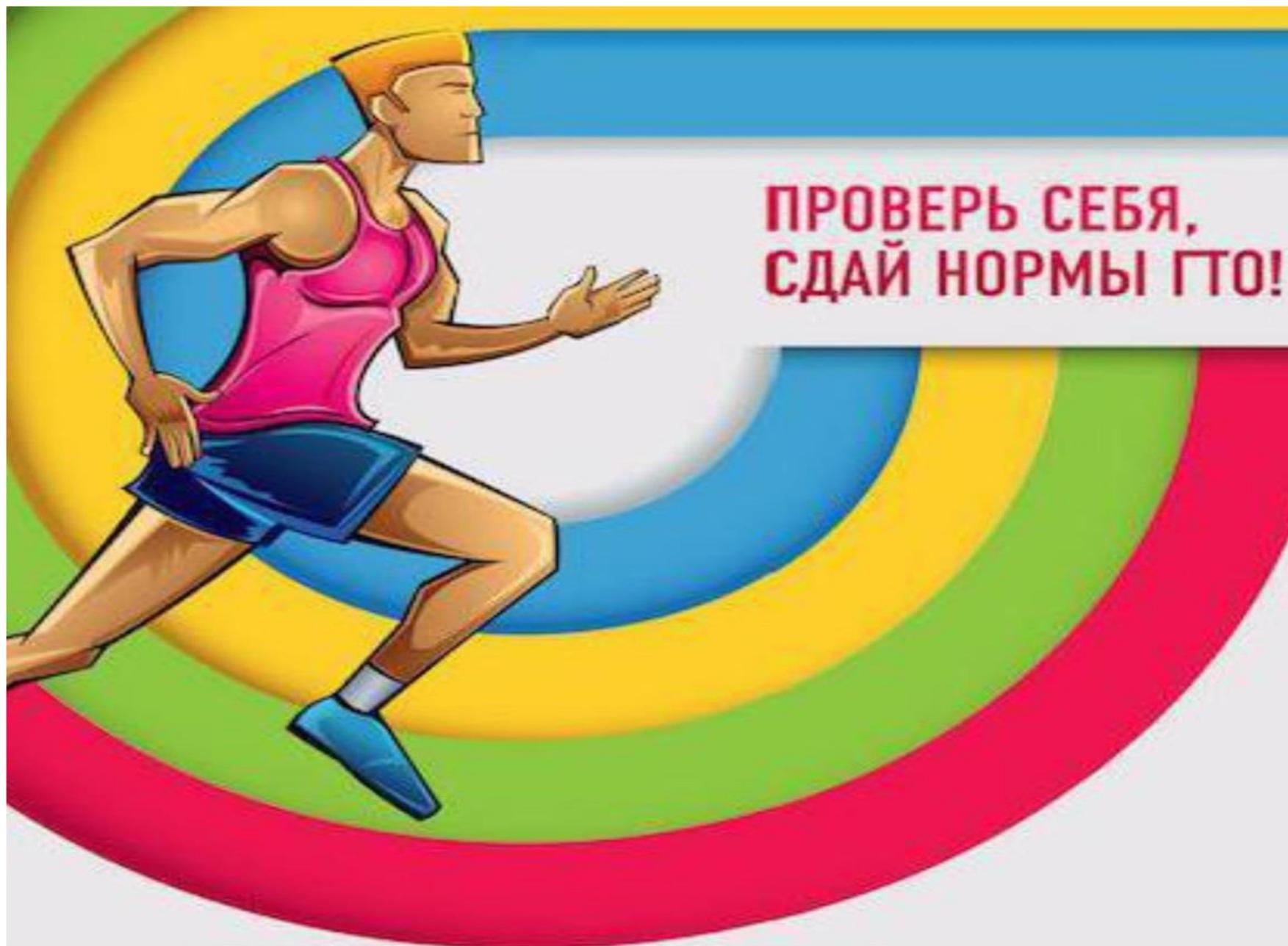




**Сдать ГТО совсем непросто,  
Ты ловким, сильным должен быть,  
Чтоб нормативы победить,  
Значок в итоге получить.  
Пройдя же все ступени вверх -  
Ты будешь верить в свой успех.  
И олимпийцем можешь стать,  
Медали точно получать.**

**ВСЕ НА СТАРТЫ ГТО!**





**ПРОВЕРЬ СЕБЯ,  
СДАЙ НОРМЫ ГТО!**

# ТВОИ 5 ШАГОВ ДО ЗНАКА



Регистрация  
на сайте [gto.ru](http://gto.ru)



Получение  
медицинского  
допуска



Выбор  
площадки  
тестирования



Выполнение  
нормативов



Получение  
знаков отличия

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

**Удачи в сдаче  
норм ГТО!!!**

