



ЦЕНТР ТЕСТИРОВАНИЯ ВФСК ГТО ПРОКОПЬЕВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

# ПРОЕКТ ПО ПРОДВИЖЕНИЮ КОМПЛЕКСА ГТО СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ

ВЫПОЛНИЛИ: СБОРНАЯ КОМАНДА  
ПРОКОПЬЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РУКОВОДИТЕЛЬ: С.А.ДЕОМИДОВА

# АКТУАЛЬНОСТЬ

- НИЗКИЙ УРОВЕНЬ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ НОРМ КОМПЛЕКСА ВФСК ГТО
- ОТСУТСТВИЕ ОСОЗНАННЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ В СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ, ВЕДЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ ПОДРОСТКОВОГО НАСЕЛЕНИЯ

## ЦЕЛЬ:

ВОВЛЕЧЬ УЧАЩИХСЯ ПРОКОПЬЕВСКОГО РАЙОНА 11-15 ЛЕТ В СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

## ЗАДАЧИ:

- ОРГАНИЗОВАТЬ ШИРОКУЮ ПРОПАГАНДУ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В РАЙОНЕ
- ОХВАТИТЬ СИСТЕМОЙ ПОДГОТОВКИ ВСЕХ УЧАЩИХСЯ 11-15 ЛЕТ НАШЕГО РАЙОНА

# ЧТО ТАКОЕ ГТО?



- Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населения различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).



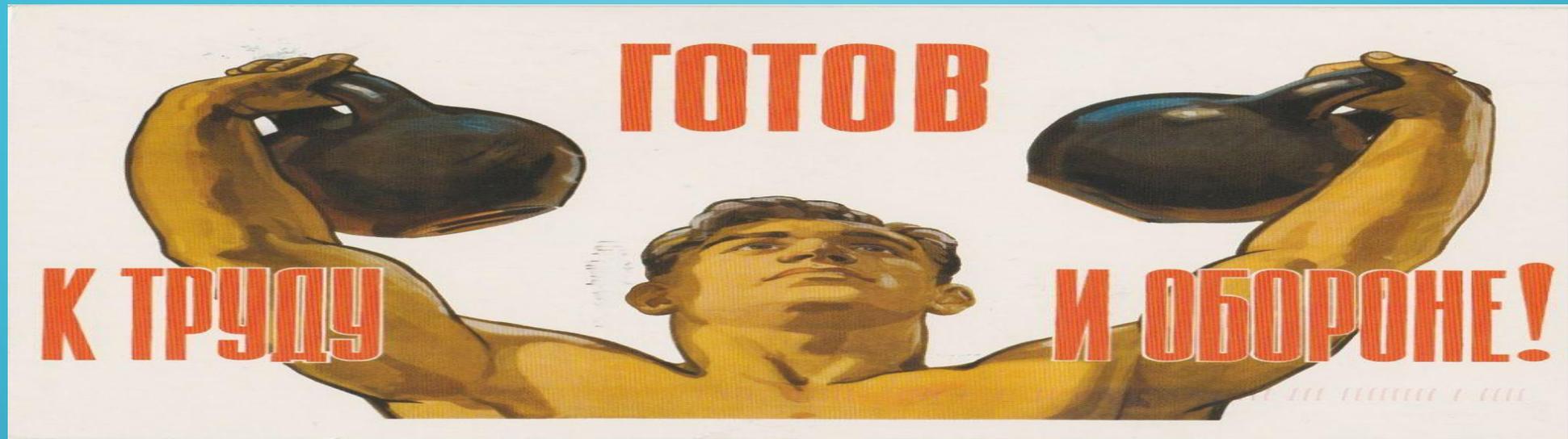
СЕГОДНЯ ВСЕ ЧАЩЕ МОЖНО УСЛЫШАТЬ ВОПРОС ЗАЧЕМ  
ВЫПОЛНЯТЬ НОРМАТИВЫ КОМПЛЕКСА ГТО???

ОТВЕТ НА ЭТОТ ВОПРОС ДЛЯ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА МОЖЕТ БЫТЬ  
СВОЙ!

-КТО-ТО ХОЧЕТ СРАВНИТЬ СЕБЯ СО СТАРШИМИ  
ЧЛЕНАМИ СЕМЬИ, ИМЕЮЩИМИ СОВЕТСКИЙ ЗНАК  
ГТО.

-КТО-ТО ХОЧЕТ ДОСТИЧЬ КОНКРЕТНОГО РЕЗУЛЬТАТА И  
ПРОВЕРИТЬ СВОЮ СИЛУ ВОЛИ И НАСТОЙЧИВОСТЬ.

-А КТО-ТО ПРИВЫК БЫТЬ ПЕРВЫМ В УЧЁБЕ И СПОРТЕ  
**НО ЕСТЬ И ТЕ, КОТОРЫЕ НЕЖЕЛАТЕЛЬНО  
ОТНОСЯТСЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ГТО**



ПЕРВОСТЕПЕННОЙ ЗАДАЧЕЙ ВНЕДРЕНИЯ ГТО В ЖИЗНЬ СОВЕТСКИХ ЛЮДЕЙ БЫЛО ДОСТИЖЕНИЕ МАССОВОЙ ЗАИНТЕРЕСОВАННОСТИ В ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ. ВМЕСТЕ С ТЕМ КОМПЛЕКС ИСПОЛЬЗОВАЛСЯ КАК УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ОЦЕНОЧНЫЙ МЕХАНИЗМ, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ ВЫДЕЛИТЬ САМЫХ ФИЗИЧЕСКИ РАЗВИТЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ КАЖДОГО ПОКОЛЕНИЯ, НА КОТОРЫХ ВСЕ ОСТАЛЬНЫЕ ДОЛЖНЫ РАВНЯТЬСЯ.

# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

СБОРНАЯ КОМАНДА ПРОКОПЬЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО  
РАЙОНА БРОСАЕТ ВЫЗОВ УЧАЩИМСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
УЧРЕЖДЕНИЙ РАЙОНА 11-15 ЛЕТ!!!

А ТЫ ГОТОВ ВЫПОЛНИТЬ НОРМАТИВЫ КОМПЛЕКСА ГТО  
ЛУЧШЕ???

ЗАДАЧА ВЫПОЛНИТЬ ЛЮБОЙ ИЗ ПРЕДОСТАВЛЕННЫХ  
НОРМАТИВОВ В ТЕЧЕНИИ МЕСЯЦА, ОТСНЯТЬ ВСЕ НА ВИДЕО И  
ВЫЛОЖИТЬ В ГРУППУ ВКОНТАКТЕ:

[HTTPS://VK.COM/PUBLIC116027145](https://vk.com/public116027145)

ЛУЧШИЙ РЕЗУЛЬТАТ В КАЖДОМ ИЗ  
ВИДОВ

(ТЕХНИКА УЧИТЫВАЕТСЯ) БУДЕТ  
НАГРАЖДЕН ЦЕНТРОМ ТЕСТИРОВАНИЯ  
ВФСК ГТО ПРОКОПЬЕВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ГРАМОТАМИ И АТРИБУТИКОЙ  
КОМПЛЕКСА ГТО

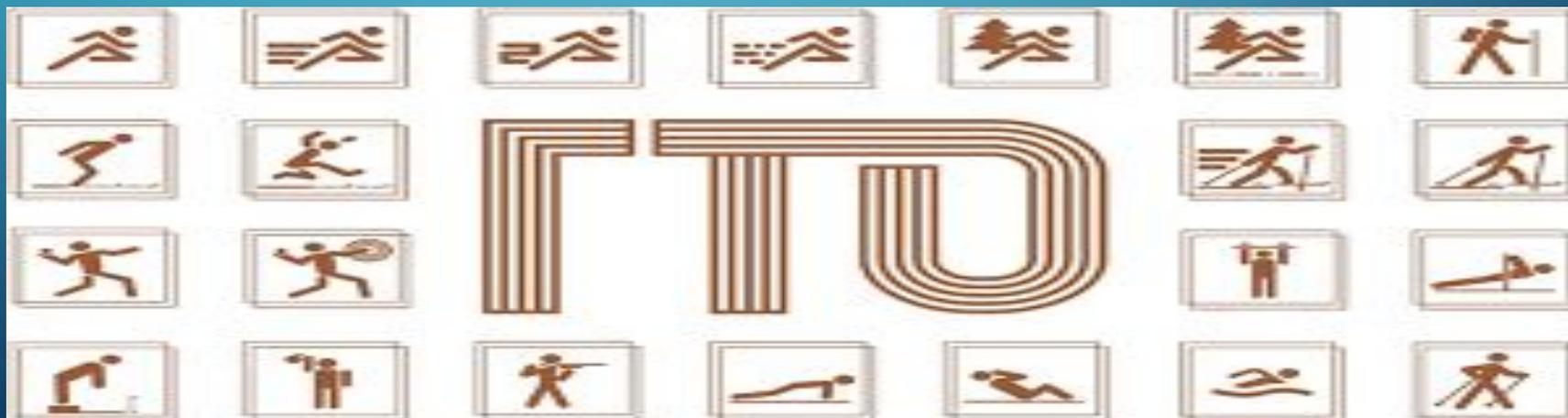
СГИБЕНИЕ И РАЗГИБЕНИЕ РУК В УПОРЕ ЛЕЖА НА ПОЛУ (ДЛЯ ДЕВОЧЕК) –  
ГЕНЕР АЛИСА, УЧАСТНИЦА СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПРОКОПЬЕВСКОГО РАЙОНА,  
РЕЗУЛЬТАТ 40 РАЗ

ПОДТЯГИВАНИЕ ИЗ ВИСА НА ВЫСОКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ (ДЛЯ ЮНОШЕЙ) –  
ЧУПАЧЕНКО ВАДИМ, УЧАСТНИК СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПРОКОПЬЕВСКОГО  
РАЙОНА, РЕЗУЛЬТАТ 17 РАЗ

ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА ТОЛЧКОМ ДВУМЯ НОГАМИ – ХОЛОД АЛЕКСАНДР,  
УЧАСТНИК СБОРНОЙ КОМАНДЫ ПРОКОПЬЕВСКОГО РАЙОН, РЕЗУЛЬТАТ 245 СМ

НАКЛОН ВПЕРЕД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ С ПРЯМЫМИ НОГАМИ НА  
ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СКАМЬЕ – РЕШЕТНИКОВА АЛИНА, УЧАСТНИЦА СБОРНОЙ  
КОМАНДЫ ПРОКОПЬЕВСКОГО РАЙОНА, РЕЗУЛЬТАТ + 24

ВНЕДРЕНИЕ ГТО – ЭТО СОЦИАЛЬНО-  
ЗНАЧИМЫЙ ПРОЕКТ В РОССИИ. С ПОМОЩЬЮ  
ВНЕДРЕНИЯ ГТО УДАСТСЯ УВЕЛИЧИТЬ  
КОЛИЧЕСТВО ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ, ПОВЫСИТЬ УРОВЕНЬ  
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГРАЖДАН,  
МОДЕРНИЗИРОВАТЬ СИСТЕМУ ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ МАССОВОГО И  
ШКОЛЬНОГО СПОРТА.



СБОРНАЯ КОМАНДА  
ПРОКОПЬЕВСКОГО РАЙОНА  
ЖЕЛАЕТ ДОБИТЬСЯ ДАННЫМ  
ПРОЕКТОМ РАЗВИТИЯ ИНТЕРЕСА  
СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ К  
КОМПЛЕКСУ ГТО,  
СИСТЕМАТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И  
СПОРТОМ, ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ!!!



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!