

ГТО – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ И УСПЕХУ!



Учитель физкультуры
МБОУ «Прогимназия № 2»
г. Воронеж
Пуговичникова Р.М.



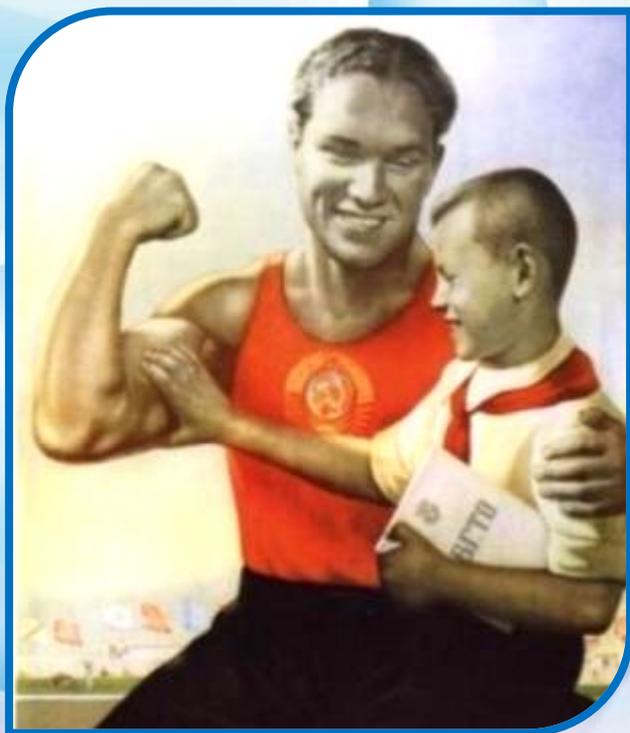
ЧТО ТАКОЕ ГТО?

Всероссийский физкультурно–оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) - нормативная основа физического воспитания страны, нацеленная на развитие массового спорта.





ПЕРВЫЙ КОМПЛЕКС ГТО



По поручению Всесоюзного совета физической культуры при ВЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО, и утвержден в марте 1931 г. Цель вводимого комплекса – дальнейшее повышение уровня физического воспитания советского народа в первую очередь молодого поколения.



ОБЛАДАТЕЛЬ ПЕРВОГО ЗНАЧКА ГТО

Впервые введенный комплекс ГТО состоял из одной ступени, которая включала в себя 15 нормативов. В 1931г. обладателем самого первого значка ГТО I ступени стал конькобежец Яков Мельников.

Многократный чемпион страны, обладатель 27 национальных рекордов, бронзовый призер мира.





ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ КОМПЛЕКСА ГТО



В 1939 г. был разработан новый комплекс «Готов к труду и обороне СССР». Вступивший в действие в 1940 г. комплекс ГТО содержал не только обязательные нормы, но и нормы по выбору. Жизнь показала, что структура комплекса ГТО 1939 г. была для того времени прогрессивной.



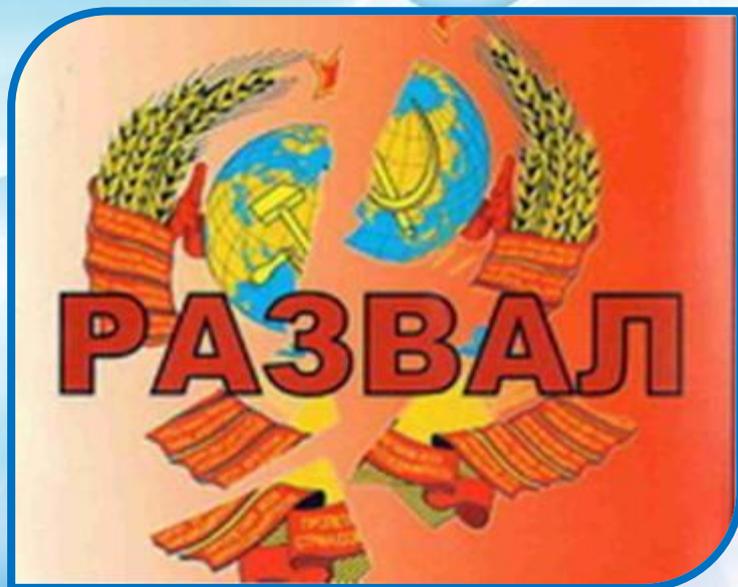
ИЗМЕНЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО



Изменения в комплексе ГТО произошли в 1946, 1955, 1959, 1966 гг. Наиболее серьезные изменения были внесены в комплекс 1 марта 1972 г. Нормы ГТО стали обязательными для всех учащихся и студентов. Комплекс включал в себя 5 ступеней.



РАЗВАЛ СССР



После развала Советского Союза в 1991 г. программа была забыта, что существенно отразилось на физической подготовке молодежи. Но история развития и возникновения ГТО не закончилось.



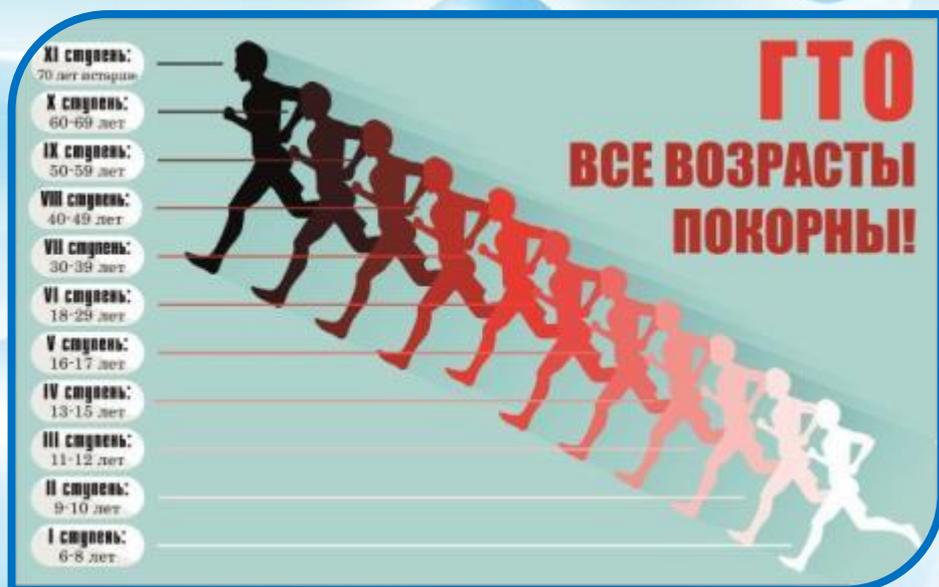
А ЧТО СЕГОДНЯ?



По указу президента с 1 сентября 2014 г. в нашей стране введен Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.



НОВАЯ ПРОГРАММА КОМПЛЕКСА ГТО



Новая программа комплекса ГТО содержит 11 ступеней для всех возрастов от 6 лет до пожилого возраста без ограничений его предела.

Нормативы разделены по степени сложности на 3 типа, соответствующие золотому, серебряному и бронзовому знаку.



ДОПУСК К СДАЧЕ ГТО

Выполнить нормативы ГТО могут жители от 6 лет до 70 и старше, имеющие медицинский доступ. Комплекс ГТО включает в себя 11 возрастных групп.

Нормативы и количество испытаний меняется в зависимости от пола и возраста человека.





ЧТО НАДО СДЕЛАТЬ ДЛЯ СДАЧИ НОРМ ГТО?



1. Получить медицинскую справку от врача.
2. Зарегистрироваться на сайте www.gto.ru. для того ,чтобы был присвоен уникальный ID–номер.
3. Подать заявку в центр тестирования, в котором регистрируют и сообщат о месте проведения испытаний.



СТУПЕНИ ГТО

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения.

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



ПОПУЛЯРНОСТЬ ГТО

Простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в нормативы ГТО, их очевидная польза для укрепления здоровья, сделали его популярным среди молодежи.



ПРОВЕРЬ СЕБЯ

1. Нужен ли современному обществу комплекс ГТО? Если да, то зачем.
2. Что нужно делать для успешной сдачи норм комплекса ГТО?
3. Чем была вызвана необходимость первого поколения комплекса ГТО.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

