

Готов к труду и обороне

Выполнила: Миронова
Екатерина

ГТО

«Готов к труду и обороне СССР» – программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях в СССР, основополагающая в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодежи. Существовала с 1931 по 1991г., охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет.

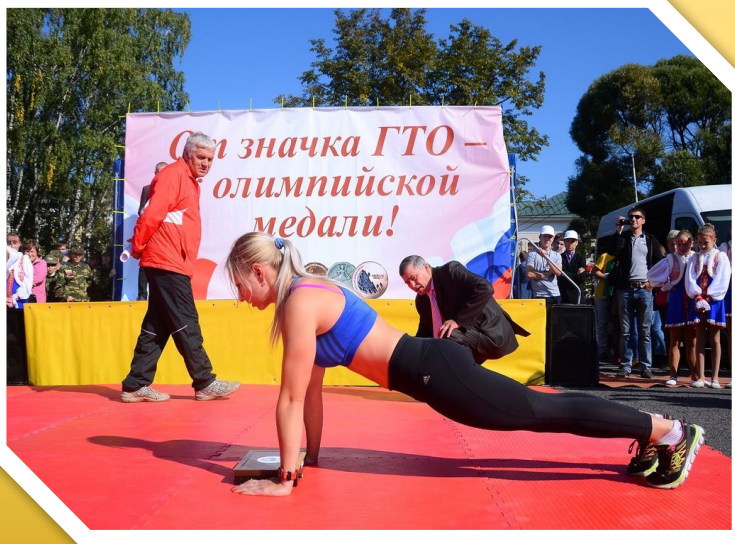
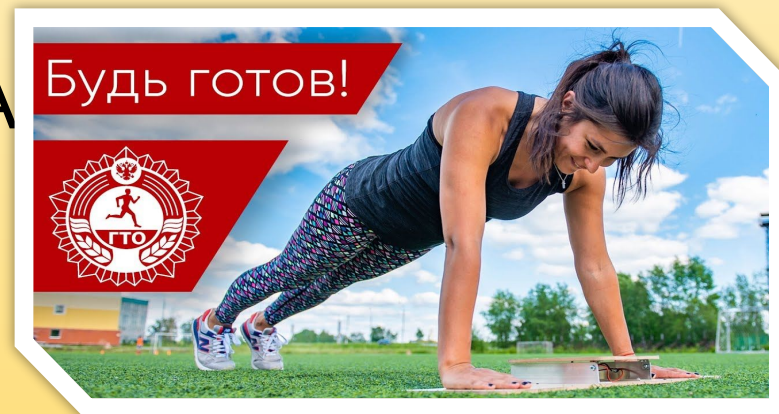
После развала Советского Союза в 1991 г. прогр была забыта, что существенно отразилось на физической подготовке молодежи. Но история р

и п



ГТО сейчас

11 марта физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне» отмечает 90-летний юбилей. А 24 марта исполнится 7 лет со дня его возрождения Президентом России Владимиром Путиным.



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.

От значка ГТО к олимпийским медалям!

«От значка ГТО к олимпийским медалям!»
Так звучал лозунг, вдохновляющий миллионы советских граждан на ежедневные занятия физкультурой и спортом, утренней гимнастикой. Получение и дальнейшее ношение значка ГТО было почетным, обеспечивало дорогу в большой спорт.



Медали ГТО



Значки имеют 3 градации:

- бронзовые (центр зеленого цвета);
- серебряные (центр синего цвета);
- золотые (центр красного цвета).

Все они изготавливаются из железа с покрытием, соответствующим номиналу или имитирующим его, и цветной эмалью. Значки производятся способом отлива или штамповки.

Что надо сделать для выполнения норм ГТО?



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

Шаг 1. Необходимо получить медицинскую справку об отсутствии противопоказаний к физическим нагрузкам. Для этого нужно сходить к врачу-терапевту в поликлинику по месту прописки.

Шаг 2. Регистрируемся на сайте www.gto.ru. Это необходимо, для того, чтобы Вам был присвоен уникальный ID-номер. После регистрации на электронную почту заявителя вышлют уникальный идентификационный номер, состоящий из одиннадцати цифр. С его помощью можно попасть в личный кабинет, где есть нормативные показатели на золотой, серебряный и бронзовый знаки отличия для возрастной ступени зарегистрировавшегося.

Шаг 3. Подаем заявку на выполнение нормативов в Центр тестирования ГТО, в котором вас зарегистрируют и сообщат о месте и времени проведения испытаний.



Желаю всем участникам сдать нормативы и
получить легендарный значок ГТО!