



* Исследовательский
проект по
физической культуре
**Что такое
ГТО?**

Подготовил учитель
физической культуры и ОБЖ
Мошкин Родион Александрович

Отрывок из детского стихотворения С.Я. Маршака **1937 года!!!** «Рассказ о неизвестном герое».

...Среднего роста,
Плечистый и
крепкий,
Ходит он в белой
Футболке и кепке.
Знак «ГТО»
На груди у него.
Больше не знают
О нем ничего.

Многие парни
Плечисты и
крепки.
Многие носят
Футболки и кепки.
Много в столице
Таких же значков.
Каждый
К труду-обороне
Готов.



Когда появился комплекс ГТО?



По поручению Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО, который 11 марта 1931 года после общественного обсуждения был утвержден и стал нормативной основой системы физического воспитания для всей страны.

Первый комплекс ГТО состоял всего из одной ступени и предполагал выполнение 21 испытания, 15 из которых носили

практический характер:

- бег на 100, 500 и 1000 метров;
 - прыжки в длину и высоту;
 - метание гранаты;
 - подтягивание на перекладине;
 - лазание по канату или шесту;
 - поднятие патронного ящика весом в 32 килограмма и безостановочное передвижение с ним на расстоянии 50 метров;
 - плавание;
 - умение ездить на велосипеде или умение управлять трактором, мотоциклом, автомобилем;
 - умение грести 1 км;
 - лыжи на 3 и 10 км;
- Теоретические испытания проводились по военным знаниям и знаниям истории физкультуры, основ физкультурного самоконтроля, оказанию первой медицинской помощи. Испытания проводились на всех уровнях – в городах, селах и деревнях, на предприятиях и в организациях. Результаты заносились в билет физкультурника.

Категории



Женщины:

I категория – с 17 до 25 лет,
II категория – с 25 до 32 лет,
III категория – с 32 лет
и старше.

Мужчины:

I категория – с 18 до 25 лет,
II категория – с 25 до 35 лет,
III категория – с 35 лет
и старше.

Проект значка придуман 15-летним школьником В.Токтаровым, а окончательный эскиз разработан художником М.С.Ягужинским.



Детская ступень комплекса, получившая название «Будь готов к труду и обороне» (БГТО) начала работать с 1934 года. В нее вошли 16 норм спортивно-технического характера:

- бег на короткие и длинные дистанции;
- прыжки в длину и высоту с разбега;
- метание гранаты, бег на лыжах на 3-5 километров для мальчиков и 2-3 километра для девочек, ходьба в противогазе;
- гимнастические упражнения;
- лазание;
- подтягивание;
- упражнения на равновесие;
- поднятие и переноска тяжестей.



ЗНАЧКИ «ВОИН-СПОРТСМЕН» I, II И III СТУПЕНЕЙ, 1961 ГОД



В Вооруженных Силах СССР в 1965 году была введена специальная ступень комплекса ГТО — «Военно-спортивный комплекс» (ВСК).

ЗОЛОТОЙ НАГРУДНЫЙ ЗНАК «ВОИН-СПОРТСМЕН», 1961 ГОД



В 1966 году по инициативе ДОСААФ была разработана и введена в действие ступень комплекса ГТО для молодежи призывного возраста «Готов к защите Родины» (ГЗР).



Значок «Отличник ГТО» вручался тем, кто выполнил нормативы на золотой значок IV степени комплекса 1972 года «Физическое совершенство» и имел один 1-й или два 2-х спортивных разряда в любом виде спорта.



ЗНАЧОК «ОТЛИЧНИК ГТО»

«Почетный знак ГТО» вручался тем, кто выполнял нормативы в течение нескольких лет подряд.



ПОЧЕТНЫЙ ЗНАК ГТО

Коллективы физкультуры предприятий, учреждений, организаций, добившиеся особых успехов по внедрению комплекса ГТО в повседневную жизнь трудящихся, награждались знаком «За успехи в работе по комплексу ГТО».

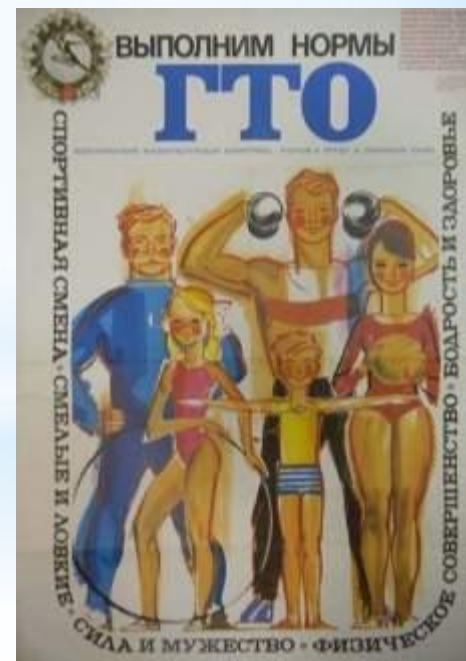


ЗНАК «ЗА УСПЕХИ
В РАБОТЕ ПО КОМПЛЕКСУ
ГТО»



Высокая идейная и политическая направленность комплекса ГТО, сделали комплекс ГТО популярным среди населения и особенно среди молодежи.

К началу 1976 года свыше 220 миллионов человек имели значки ГТО.



Распад Советского Союза...

Юридически **Комплекс ГТО** не был упразднен, однако фактически он прекратил свое существование в 1991 году. 60 летняя история комплекса замерла...



Возрождение ВФСК ГТО

Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.





Теперь аббревиатура расшифровывается, как **«Горжусь Тобой, Отечество»**. Значков стало три (бронза, серебро, золото).

Не сдавшие норматив получают отличительный знак «Участник».

Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Задача – массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

Принципы – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль

Структура Комплекса ГТО

I ступень - 6-8 лет

VI ступень - 18-29 лет

II ступень - 9-10 лет

VII ступень - 30-39 лет

III ступень - 11-12 лет

VIII ступень - 40-49 лет

IV ступень - 12-15 лет

IX ступень - 50-59 лет

V ступень - 16-17 лет

X ступень - 60-69 лет

XI ступень - 70 лет и старше

58 видов видов испытаний (тестов)

● быстрота

● гибкость

● выносливость

● ловкость

● сила

● прикладные навыки



Знаки отличия ВФСК

ГТО

