



Всероссийский урок



«Готов к труду и обороне»



ГТО — программа физкультурной подготовки.

Программа ГТО была создана в Советском Союзе и просуществовала с 1931 до 1991 г. Она охватывала население от 10 до 60 лет. В ней предусматривалось всестороннее физическое развитие населения страны, укрепление и сохранение здоровья, подготовка к труду и защите Родины.



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, учет местных традиций и особенностей.



В 2014 году Президент Российской Федерации Владимир Путин подписал указ о возвращении системы ГТО. **Владимир Путин** заявил о том, что, несмотря на усилия по продвижению ценностей здорового образа жизни, сейчас многие дети имеют хронические заболевания, и ситуация с массовым и с детским спортом требует серьезных изменений.



По словам министра образования РФ Дмитрия Ливанова, начиная с 2015 года, результаты сдачи комплекса ГТО будут учитываться при поступлении в высшие учебные заведения.

Почетный значок ГТО



Значки ГТО



Первые значки



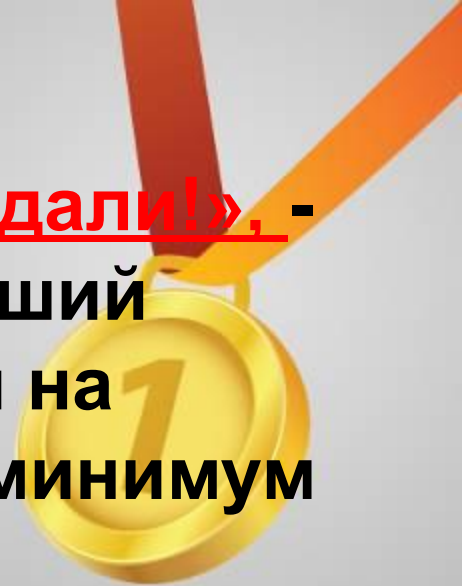
Современные



Чтобы получить значок советские граждане должны были сдавать нормативы по бегу, метанию гранаты, плаванию, отжиманию, бегу на лыжах, стрельбе и т. д.

Получение и дальнейшее ношение значка ГТО было почетным.

«От значка ГТО - к олимпийской медали!», -
так гласил лозунг, вдохновлявший
миллионы советских граждан на
ежедневные занятия спортом, как минимум
утренней гимнастикой.





Серебряный значок ГТО



Золотой значок ГТО



Новые значки ГТО образца 2014 года



ГТО - путь к здоровью



В 1972 годы значок ГТО в России имели более 58 миллионов человек.

Структура комплекса включает 11 ступеней



- **Мальчики и девочки от 6 до 8 лет.**
 - **То же от 9 до 10 лет.**
 - **То же от 11 до 12 лет.**
- **Юноши и девушки от 13 до 15 лет.**
 - **То же от 16 до 17 лет.**
- **Мужчины и женщины от 18 до 29 лет.**
 - **То же от 30 до 39 лет.**
 - **То же от 40 до 49 лет.**
 - **То же от 50 до 59 лет.**
 - **То же от 60 до 69 лет.**
 - **То же старше 70 лет.**

Физкультминутка

**Если хочешь быть здоров, не бояться
докторов,**

**По утрам ты поднимайся,
на зарядку отправляйся.**

**И, конечно, не забудь чистить зубы,
принять душ.**

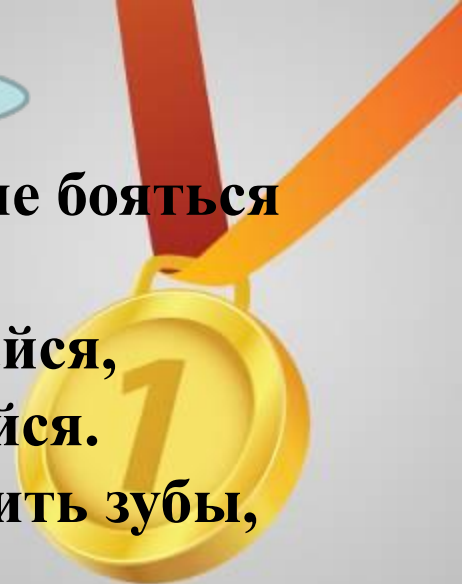
**Завтрак должен быть полезным,
чтобы не было болезни.**

**Съешь морковку и шпинат-
организм твой будет рад.**

**Долго дома не сиди, а на улицу иди.
Свежим воздухом дыши, не спеши.**

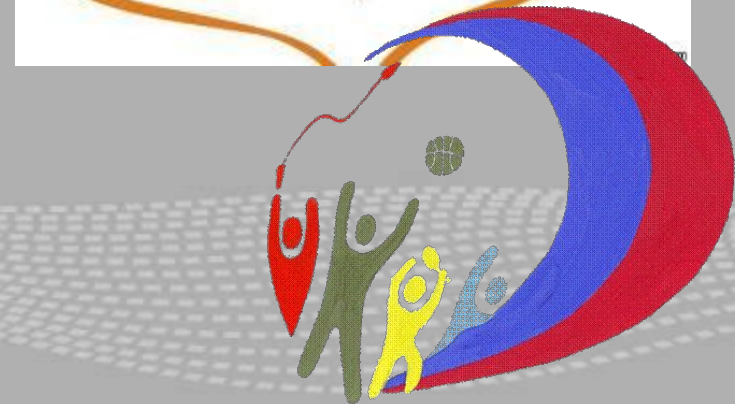
**Санки, лыжи и снежки
вмиг избавят от тоски.**

**Потому что где движение места нет
хандре и лени!**





**НАРИСУЙ
СВОЮ
ЭМБЛЕМУ!**



Эмблемы ГТО



1. http://s2aopressa.ru/etomcom/666/News/Vystavka_gto_12.jpg
2. <http://www.livekuban.ru.images.1>
3. <http://cdn.static3.rtr-vesti.ru/vh/pictures/o/524/778.jpg>
4. <http://www.smsport.ru/image/gto/2071.jpg>
5. <http://szaopressa.ru/sitefiles/rn/655/News/gto.jpg>
6. <http://dixinews.ru/up2/news/article/2015/06/11/big.jpg>
7. <http://www.mordovmedia.ru/media/contests/24/profiles/ea3b14345d2bbbad0e6c6e3021962d1b.JPG>
8. http://molzhaninovskievesti.ru/upload/resize_cache/iblock/421/300_0_1/42146ad73c07be0e33d687d8d19a24e0.JPG
9. http://www.znachkov.net/spaw2/uploads/images/Znachok_GTO_10_stupeni.JPG
10. <http://cs625427.vk.me/v625427660/32f8d/aNQa8G3DQMM.jpg>
11. http://gor-reklama33.ru/images/Uslugi/stendy/1/stend_gto_1.jpg
12. <https://im2-tub-ru.yandex.net/i?id=531a605e0757bb4ecbefb28945d2a26b&n=33&h=170>
13. <http://cs421018.vk.me/v421018159/30f2/t6XuuLUj9Bg.jpg>
14. <http://fotohomka.ru/images/Dec/06/de0076c64956ebbf0bc81f08c536dff/1.jpg>
15. http://www.lpgzt.ru/photo/news/1_5619.jpg

