



ГТО

ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ



1931



1991

ГТО — программа физкультурной подготовки. Программа ГТО была создана в нашей стране 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.**



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.



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



ЭТО:

- Укрепление здоровья
- Физическое воспитание населения
- Развитие массового спорта
- Путь к успеху

Структура Комплекса ГТО

I ступень - 6-8 лет

II ступень - 9-10 лет

III ступень - 11-12 лет

IV ступень - 12-15 лет

V ступень - 16-17 лет

VI ступень - 18-29 лет

VII ступень - 30-39 лет

VIII ступень - 40-49 лет

IX ступень - 50-59 лет

X ступень - 60-69 лет

XI ступень - 70 лет и старше

58 видов видов испытаний (тестов)

- | | |
|----------------|---------------------|
| ● быстрота | ● гибкость |
| ● выносливость | ● ловкость |
| ● сила | ● прикладные навыки |





Чтобы получить знак отличия (золотой, серебряный, бронзовый) россияне должны выполнить нормы по бегу, метанию, плаванию, отжиманиям, бегу на лыжах, стрельбе и так далее.

Получение и дальнейшее ношение знака отличия ГТО является почетным.



и другие виды.



Решил испытать себя? Начинай!



В выполнении норм ГТО участвуют три
ученика. Реши примеры и узнай их
результат (секунды). Кто самый
быстрый?



$$7-1+4-2=?$$



$$10-5-3+4=?$$



$$12+6-8+1=?$$



Во 2 классе ребята сдавали прыжок в длину с места. Определи, кто из мальчиков – победитель? Выполнил ли он на золотой знак норматив ГТО в 1 степени?



117 см



165 см



132

см



УЗНАЙ, КТО ИЗ СКАЗОЧНЫХ ГЕРОЕВ КАКОЕ МЕСТО ЗАНЯЛ В ОТЖИМАНИЯХ?



**БУРАТИНО ОТЖАЛСЯ
БОЛЬШЕ ЧЕМ
КАРЛСОН, НО
МЕНЬШЕ, ЧЕМ
ВОДЯН**



**КАРЛСОН ОЧЕНЬ
СТАРАЛСЯ, НО ОТЖАЛСЯ
МЕНЬШЕ БУРАТИНО**



**ВОДЯНОЙ
ОТЖАЛСЯ
БОЛЬШЕ**



Дедушка Ваня – знаменитый спортсмен! Сложи все числа и узнай сколько ему лет?

Определите, в какой ступени должен сдавать нормы ГТО дедушка?

10

10

10

10

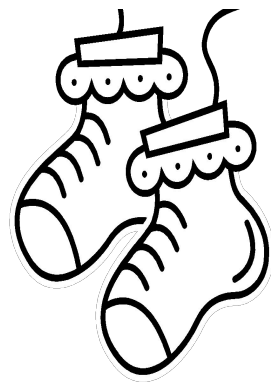
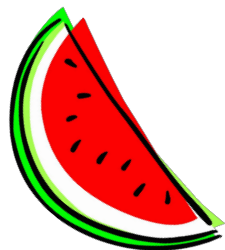
10

10

10



**По первым буквам слов на картинках
составь слово, обозначающее место
для подготовки к выполнению норм
ГТО**



С

Т

А

Д

И

О

Н

ОТВЕТЬ НА ВОПРОСЫ:

- Как расшифровывается ГТО?
- К какой ступени Комплекса ГТО вы относитесь (по возрасту)?
- Какой знак отличия вы можете получить после выполнения всех испытаний?
- Какие виды испытаний в 1 ступени?
- Где можно тренироваться, чтобы подготовиться к выполнению тестов?



ГТО - путь к здоровью