



Г Т О



Что такое ГТО





# История ГТО в СССР



1931г.-1991 г.



## Проблемы:

- Советский союз оказался окружённым идеологически чуждыми государствами
- Внутри страны шла гражданская война



1 часть- «Будь готов к труду и обороне» – 4 возрастные группы для школьников

2 часть – 3 возрастные группы для молодёжи старше 16 лет и обычного населения

# Комплекс ГТО

(1972-1993)

имел 5 возрастных ступеней и золотые и серебряные значки

I ступень	«Смелые и ловкие» — 10–11 и 12–13 лет
II ступень	«Спортивная смена» — 14–15 лет
III ступень	«Сила и мужество» — 16–18 лет
IV ступень	«Физическое совершенство» - мужчины 19–28 и 29–39 лет, - женщины 19–28 и 29–34 лет
V ступень	«Бодрость и здоровье» - мужчины 40–60 лет, - женщины 35–55 лет







**Сдали нормы  
ГТО**

**Количество  
человек**

1931-1941гг

6 миллионов

1948 г

7 миллионов

1977 г

52 миллиона



Самый первый значок получил Яков Мельников, конькобежец, который получил бронзу на чемпионате мира в 1923 году

Год получения значков	Количество человек
1931 г	24 тысячи
1932 г	465 тысяч
1933 г	около миллиона
1941 г	6 миллионов



**ГТО сегодня создаётся для того, чтобы увеличить % населения, который регулярно занимается спортом, а также в целом продлить жизнь россиян.**



# ГТО - путь к успеху!

Ты хочешь успешной карьеры, и быть готовым  
защитить своих близких?

У тебя есть шанс изменить жизнь в лучшую сторону  
Приходи и сдай нормативы ГТО, задумайся о будущем!

## ЗАИНТЕРЕСОВАЛСЯ? Тогда ДЕЙСТВУЙ!!!

- Изучи план ►
- Сдай нормативы
- Получи значок
- Носи его с гордостью

подробнее на  
сайте [гто76.рф](http://гто76.рф)

Бег

Прыжок в длину с разбега

Прыжок в длину с места

Метание

Подтягивание

Наклон вперед с прямыми ногами

Лыжные гонки

Плавание

Стрельба из пневматической винтовки (упражнение ВП-2)

Туристский поход с проверкой туристских навыков

Физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне" впервые был введен в 1931 году, успешно просуществовав 60 лет комплекс был свернут в 1991 году. За последние 20 лет общее физическое состояние населения России настолько ухудшилось, что те нормативы, которые сдавали наши родители, под силу сдать только единицам...



