



**Единый день  
ГТО**

# Что такое ГТО?

- **«Готов к труду и обороне»** - это программа физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения.

# История возникновения комплекса ГТО

- В 1927 году в СССР создается самая крупная из специализированных общественных организаций – Общество содействия обороне, авиационному и химическому строительству (ОСОАВИАХИМ).
- По всей стране под эгидой ОСОАВИАХИМа строятся тир, стрельбища, создаются аэроклубы и военно-спортивные кружки, где молодежь осваивает специальности радиста, телеграфиста, парашютиста, моториста, санитаря, медсестры, пилота и др.

# Первый 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

- К испытаниям на получение значка «Готов к труду и обороне» первоначально допускались мужчины не моложе 18 лет и женщины не моложе 17 лет. Особым условием было удовлетворительное состояние здоровья. Определял его врач, который устанавливал, что сдача норм по данному комплексу не принесет ущерба здоровью человека. К соревнованиям допускались физкультурники, организованные в коллективы, и физкультурники-одиночки. Для проведения практических испытаний они распределялись на отдельные группы по полу и возрасту.

# Первый комплекс ГТО

- 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;
- -поднимание 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;
- - верховую езду и продвижение в противогазе на 1 км.

## Значки ГТО 1931-1936 годов (I и II степень)



Этим снимкам более трех десятков лет. Таковыми молодыми были в 1934 году Алексей Маслов, Александр Поручаев и Тайво Томмола (на снимках — слева направо), когда первыми в нашей стране они получили значок «Готов к труду и обороне».

# Первый комплекс ГТО

- Первым обладателем знака ГТО I ступени стал знаменитый конькобежец Яков Федорович Мельников, первый заслуженный мастер спорта СССР чемпион России 1915 года, чемпион РСФСР 1918, 1919 и 1922 годов; чемпион СССР 1924, 1927-28, 1932-35 годов; чемпион Европы 1927 года по конькобежному спорту.



## Jacob Melnikoff

er en av Russlands aller fremste skøite-  
løpere og har deltatt i mange store løp  
her i Norge. Mange vil huske hans  
deltagelse i de store løp i Oslo, hvor  
han særlig gjorde sig bemerket i de  
lengste distanser over 5000 og 10000  
meter.

*Innleggsbilleder av denne serie fin-  
nes i følgende cigaretter:*

Cromwell, rød	12,5 øre
Bankett	10 „
Cromwell, grøn	5,5 „
Kej, grøn	5,5 „



# Комплекс ГТО и Великая Отечественная Война

- Благодаря ГТО миллионы советских людей получили навыки маршевой, лыжной, стрелковой подготовки, плавания, метания гранат, преодоления водных преград и препятствий. Это помогло им в минимальные сроки овладеть военным делом, стать снайперами, разведчиками, танкистами, летчиками. Скромный значок ГТО для многих из них стал первой наградой, к которой позднее добавились ордена за трудовые и боевые заслуги.

# Комплекс ГТО и Великая Отечественная Война

Обладателями значков II ступени ГТО были герои Великой Отечественной войны:  
летчики Иван Кожедуб, Александр Покрышкин, Николай Гастелло



# Значки ГТО времен Великой Отечественной войны

- Значок ГТО 1 степени



- Значки ГТО 1 и 2 степеней 1946 – 1961 годов



# Комплекс ГТО в советское время

- Введенный в 1972 году **новый комплекс ГТО** позволил улучшить массовую физкультурно-спортивную работу в каждом коллективе, в спортивном клубе и в целом по стране.
- Расширились возрастные рамки комплекса: добавились ступени для школьников 10 - 13 лет и трудящихся 40 -60 лет.

# Комплекс ГТО в СССР

- При выполнении нормативов Комплекса ГТО участники награждались серебряными и золотыми знаками отличия, для 5-й ступени предусматривался только золотой значок, а для 4-й, кроме того, золотой с отличием.



# Комплекс ГТО в СССР

- В 1973 году при Спорткомитете СССР создан Всесоюзный совет по работе наиболее массового привлечения граждан к сдаче комплекса ГТО. Председателем Совета был назначен лётчик-космонавт СССР Алексей Архипович Леонов.



# Комплекс ГТО в СССР

- К началу 1976 года свыше 220 миллионов человек имели значки ГТО.
- В начале 1977г. во все пять ступеней были добавлены нормативы по спортивному ориентированию.
- Нормативы комплекса ГТО стали инструментом, благодаря которому каждый гражданин мог проверить уровень своего физического развития.

# Комплекс ГТО в СССР

- Значок «Отличник ГТО» вручался тем, кто сдал нормативы на золотой значок IV ступени комплекса 1972 года «Физическое совершенство» и имел один 1-й или два 2-х спортивных разряда в любом виде спорта.
- «Почетный знак ГТО» вручался тем, кто выполнял нормативы в течение нескольких лет подряд.





# Комплекс ГТО в СССР

- В 1980 году была выпущена специальная серия значков ГТО, посвящённая Играм XXII Олимпиады в Москве



- В начале 1985 года в Комплекс ГТО был внесен очередной пакет с изменениями. Теперь комплекс для взрослых состоял из 3 ступеней, а для школьников—из 4-х.



# Комплекс ГТО в СССР

- Распад Советского Союза повлек за собой более большую пропасть в работе над воспитанием физической активности граждан. Юридически Комплекс ГТО не был упразднен, однако фактически он прекратил свое существование в 1991 году.
- **В 1991 году 60 летняя история комплекса замерла...**

# Новейшая история ГТО

- Вчера, **24 марта 2015 г.** исполнился 1 год со дня принятия Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

# Новейшая история ГТО

- Новый ГТО направлен на увеличение числа граждан, систематически занимающихся физкультурой и спортом, повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни населения страны.
- ГТО включает **11 ступеней** по возрастным группам (от 6 до 70 лет и старше).
- Испытания делятся на **обязательные и по выбору**. Предусмотрено 3 уровня трудности нормативов, которые соответствуют **золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия ГТО**.
- Регионам дано право **дополнительно включить в ГТО 2 вида испытаний (тестов)**, в том числе по национальным, военно-прикладным дисциплинам, а также по наиболее популярным среди молодежи видам спорта.
- Для выполнения требований ГТО в субъектах Федерации планируется создать **центры тестирования**.
- Выполнение нормативов ГТО будут учитывать в **школьных образовательных программах, при приеме в вузы**. Имеющим золотой знак отличия ГТО может быть назначена повышенная государственная академическая стипендия.

# Новейшая история ГТО

- Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ГТО утверждаются:
- Министерством спорта Российской Федерации по согласованию с
- Министерством образования и науки Российской Федерации,
- Министерством обороны Российской Федерации,
- Министерством здравоохранения Российской Федерации.

# Новейшая история ГТО

- Виды испытаний (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.
- **Обязательные испытания (тесты)** подразделяются на:
  - а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей;
  - б) испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости;
  - в) испытания (тесты) по определению уровня развития силы;
  - г) испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.

# Новейшая история ГТО

- **Испытания (тесты) по выбору** подразделяются на:
- а) испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей;
- б) испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей;
- в) испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.

## **Виды испытаний для школьников ( 5 ступеней с 1-11 классы)**

- Плавание**
- Бег на короткие дистанции**
- Бег на средние и длинные дистанции**
- Прыжки в длину с разбега**
- Прыжки в длину с места**
- Подтягивание на турнике**
- Метание спортивного снаряда**
- Бег на лыжах**
- Стрельба из пневматической винтовки**
- Наклоны вперед**
- Рывок гири**
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа**



# Новейшая история ГТО

- Лица, выполнившие нормативы, овладевшие знаниями и умениями определенных ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса, награждаются соответствующим **знаком отличия** Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.



# Новейшая история ГТО

**А как вы считаете, для чего нужно стремиться молодежи 21 века к выполнению нормативов ГТО, к получению знаков отличия?**

- У всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, – целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века.
- **С 1 сентября 2016 года все желающие учащиеся** смогут приступить к выполнению видов испытаний, а пока проходит апробация его реализации в 61 регионе РФ.
- Не забывайте «Движение-это жизнь!», соблюдая рекомендации к недельному двигательному режиму, вы станете на шаг ближе к заветному знаку ГТО, обретете гармонию силы и духа.
- **ГТО-друг здоровья!**