



# «ГТО» – что? где? когда?

Выполнила:  
ученица 8 «а» класса  
МБОУ «СОШ им. А.  
Ларионова»  
Мысик Ксения

# История ГТО

Комплекс **ГТО** начал развиваться в первой половине XX века. Сразу после революции 1917 года люди Советской страны были энергичны и полны энтузиазма. Это было заметно во многих направлениях: науке, культуре, трудовой деятельности. Спорт также не остался в



# С чего всё начиналось..

Создание комплекса началось в 1930 году по инициативе комсомольских организаций.

Стремление приобщить молодежь к здоровому образу жизни — эта задача ставилась на первый план. Газета «Комсомольская правда» опубликовала статью с призывом ввести испытания на уровне



Организаторы предлагали установить критерий для оценки физического состояния и здоровья граждан СССР. Прошедших комплекс испытаний и уложившихся в нормативы было решено награждать нагрудными значками. Эта инициатива нашла поддержку в массах. К разработке системы «Готов к труду и обороне» (ГТО) были подключены лучшие отечественные умы. В марте 1931 года она увидела свет и была утверждена правительством.

С тех пор началась активная пропаганда вновь утвержденной программы. В учебных заведениях вводились обязательные занятия по спортивной подготовке, которые заканчивались испытаниями. Сдавшие зачет по разным спортивным дисциплинам награждались значками.

Изначально знаки вручались женщинам и мужчинам старше 17 и 18 лет. Для трех возрастных категорий были установлены разные нормативы





Самый первый комплекс имел всего лишь одну ступень. В ней было 21 норматив. В практический зачёт входили:

- прыжки;
- бег;
- метание гранаты;
- плавание;
- подтягивание;
- гребля.



Проверялись также теоретические знания. Испытуемые должны были знать основы самоконтроля, историю спортивных достижений, а также могли оказывать первую медицинскую помощь.

Комплекс стал популярным и среди взрослого населения, и среди молодёжи. Знаки ГТО в 1931 году получили **24000** советских граждан.

Вскоре Правительство решило приобщить к системе **ГТО детей**. Он получил название **«Будь готов к труду и обороне»** (БГТО). Детский комплекс увидел свет в 1934 году. Система БГТО стала обязательной, и вошла в учебную программу всех школ. Детям предлагались следующие нормы:

- бег на различные дистанции;
- лазание по канату;
- прыжки в длину и в высоту;
- метание гранаты ;
- подтягивания и отжимания.



# Интересный

**факт:** О нормативе ГТО было упоминание в произведении С. Маршака, написанном в 1937 году под названием «Рассказ о неизвестном герое». Его искали пожарные, милиция и фотографы: «Знак ГТО на груди у него, больше не знают о нем ничего».

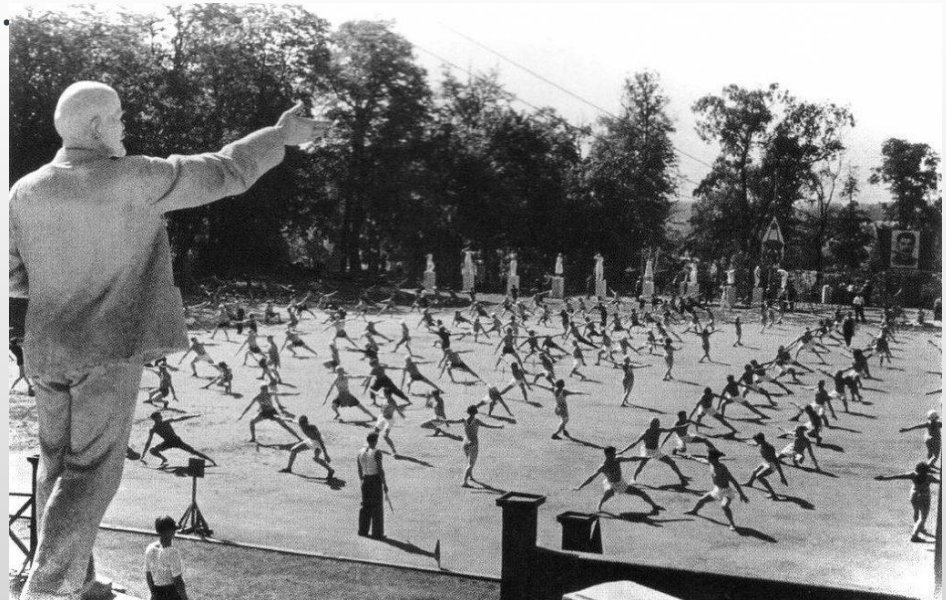




# Изменения

Нормативы комплекса ГТО подвергались изменениям неоднократно. Одно из крупнейших изменений была внесено в 1972 году. Количество нормативов было уменьшено и стали они менее жесткими, зачёты сдавались выборочно.

Первоначальные правила были актуальны для военного и послевоенного времени. Руководитель советского государства Иосиф Сталин акцентировал важность программы ГТО.





Население должно было выносить тяготы военного времени и давать отпор врагам. Нужно было подтверждать умение преодолевать препятствия, стрелять из малокалиберной винтовки, хорошо плавать, делать марш-броски, соблюдать военную дисциплину.

С наступлением мирного времени необходимость в таких нормативах отпала.

С началом перестройки и развалом Советского Союза в 1991 году про систему ГТО забыли. Стали меньше уделять внимания физической подготовке.



# Новая жизнь системы ГТО

Новое — это хорошо забытое старое.

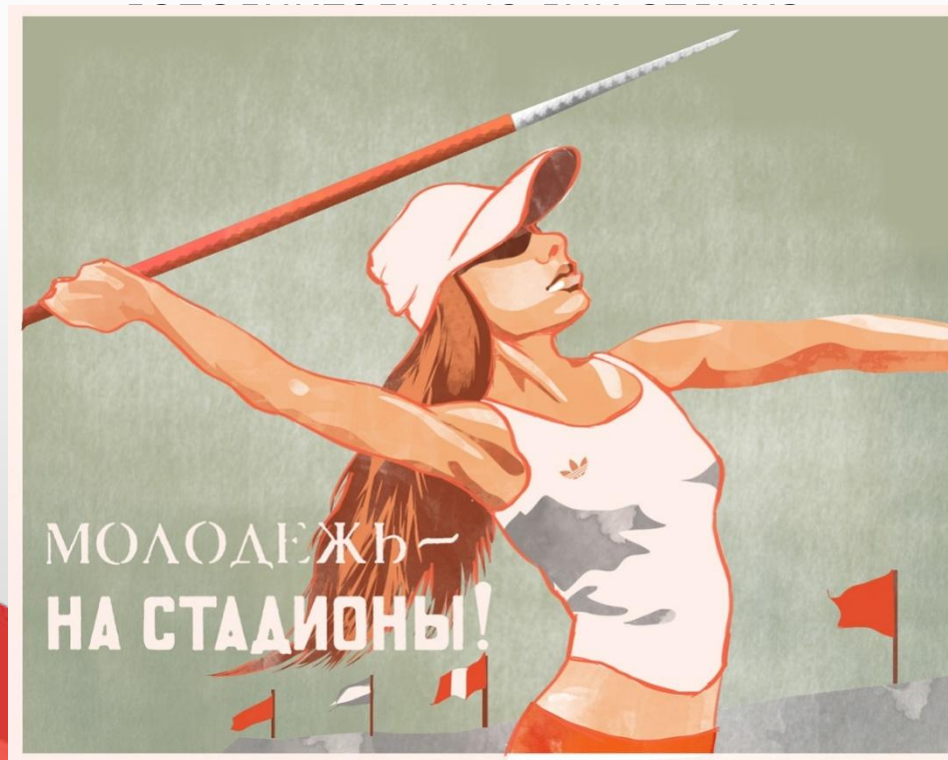
Прекрасные начинания не канули в Лету. В марте 2014 года **Президент Российской Федерации** подписал Указ о распространении системы на всей территории России

Было решено максимально вовлечь в движение население всех возрастных групп. Это стало **вторым рождением комплекса ГТО.**



Чтобы повысить мотивацию было предложено ввести **специальные бонусы** для сдавших нормативы ГТО

Поступающим в вузы предлагается добавлять баллы к результатам ЕГЭ, а студентам и учащимся колледжей делать прибавку к стипендии. Для работающих граждан предусмотрены





Внедрение системы ГТО **играет важную роль** в вовлечении в спортивные занятия широких масс населения, ставит определенные цели и задачи. **Основные факторы:**

- 1.** Увеличение количественного состава людей, систематически занимающихся спортом систематически.
- 2.** Улучшение состояния здоровья и повышение продолжительности жизни.
- 3.** Пропаганда здорового образа жизни.
- 4.** Модернизация образования в области физической культуры.
- 5.** Улучшение досуга подрастающего поколения и молодежной аудитории.
- 6.** Повышение знаний граждан России в области самозащиты, спортивного самоконтроля.
- 7.** Создание комфортных условий для занятий спортом и физкультурой.
- 8.** Всестороннее развитие личности, ориентированное на различные сферы общественной жизни.

Обновлённая программа ГТО включает несколько разделов. Все здоровые граждане разделены на группы в зависимости от возраста и половой принадлежности.

В то же время чёткой возрастной границы для некоторых категорий нет. Получение знака ГТО возможно даже для пенсионеров, возраст которых **старше 70 лет**. Для этого нужно лишь здоровье и желание.



Каждый желающий может протестировать себя в следующих видах спорта:

- спринтерский бег;
- кросс на длинные и средние дистанции;
- прыжки;
- подтягивания или отжимания;
- плавание;
- лыжные гонки.





# Заключение

**Две основные задачи комплекса ГТО** - это повышение среднего уровня здоровья людей и создание здоровой прослойки среди населения, которая готова в любой момент принять оборону

В Советском Союзе была проработана **чёткая система нормативов**, в то же время создавала **дух соревновательности**. Молодые люди, подростки и дети стремились к тому, чтобы превзойти результаты соперников и выполнить установленные нормативы.

Данная система **была мощной мотивацией** для начала занятий спортом. При подготовке к сдаче норм ГТО человек чувствовал ответственность за конечный результат, что давало стимул для усердных тренировок.

При этом развиваются все группы мышц, повышается выносливость, координация движений, умение рассчитывать свои силы.

Современная система ГТО является продолжением **добрых хороших традиций**, начало которым было положено в СССР.



**Спасибо за внимание!**

