

# ГОТОВ К ТРУДУ И ОБРОНЕ

Подготовила кузнецова А.В., преподаватель ГАПОУ СО  
«Первоуральский политехникум» по материалам  
<https://yandex.ru/images>



# ГТО – программа физкультурной ПОДГОТОВКИ



# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГТО



# СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО В СССР

- I ступень — «Смелые и ловкие» — для мальчиков и девочек 10—11 и 12—13 лет
- II ступень — «Спортивная смена» — для подростков 14—15 лет
- III ступень — «Сила и мужество» — для юношей и девушек 16—18 лет
- IV ступень — «Физическое совершенство» — для мужчин 19—39 лет и женщин 19—34 лет
- V ступень — «Бодрость и здоровье» — для мужчин 40—60 лет и женщин 35—55 лет

# ДОСТИЖЕНИЯ В СССР



# ЗНАК ГТО



# СОВРЕМЕННЫЙ ЗНАЧОК ГТО



# СОВРЕМЕННЫЕ СТУПЕНИ КОМПЛЕКСА ГТО

- 1 ступень — мальчики и девочки от 6 до 8 лет включительно (1-2 класс);
- 2 ступень — мальчики и девочки от 9 до 10 лет включительно (3-4 класс);
- 3 ступень — мальчики и девочки от 11 до 12 лет включительно (5-6 класс);
- 4 ступень — юноши и девушки от 13 до 15 лет включительно (7-9 класс);
- 5 ступень — юноши и девушки от 16 до 17 лет включительно (10-11 класс);
- 6 ступень — мужчины и женщины от 18 до 29 лет включительно;
- 7 ступень — мужчины и женщины от 30 до 39 лет включительно;
- 8 ступень — мужчины и женщины от 40 до 49 лет включительно;
- 9 ступень — мужчины и женщины от 50 до 59 лет включительно;
- 10 ступень — мужчины и женщины от 60 до 69 лет включительно;
- 11 ступень — мужчины и женщины 70 лет и старше.





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



# Займись спортом! Участвуй в ГТО

