

Что такое ГТО?

Общероссийское движение «Готов к труду и обороне» - программа физкультурной подготовки, которая существовала в России с 1931 по 1991 год и охватывало население в возрасте от 10 до 60 лет.

ГТО - важный этап в развитии системы физического воспитания, он способствует дальнейшему внедрению физической культуры в повседневную жизнь людей, создает необходимые возможности для всесторонней физической подготовки населения к труду и обороне Родины.

Подготовка молодежи к выполнению требований и сдаче нормативов комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки и самостоятельно.

Зарождение Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО

Всесоюзный комплекс ГТО «Готов к труду и обороне СССР» был создан в марте 1931 года.

Норматив I ступени комплекса объединил в себя:

- плавание
- греблю
- прыжки и метания
- бег
- подтягивания на перекладине (для мужчин) и лазанье по канату (для женщин)
- езду на велосипеде
- передвижение в противогазе
- перенос патронного ящика
- лыжный переход
- оказание первой помощи
- выполнение санминимума
- знание основ самоконтроля
- знание основ физкультурного движения в СССР
- ударничество на производстве

В январе 1933 г. для установления более высоких требований к всесторонней физической подготовленности был введён в практику работы комплекс ГТО II ступени.

Ступени нового комплекса ГТО состояли из нормативов, определявших уровень развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости), и требований, определявших уровень овладения основными прикладными навыками (плавание, бега на лыжах, стрельбы, метаний и т.д.).

Выполнившим разрядные нормативы по многоборьям комплекса ГТО выдавались классификационные билет и значки соответствующих разрядов.

Система физкультурного комплекса ГТО была очень популярной среди всех поколений того времени.

С 1 марта 1972 г. был введен новый комплекс ГТО. Этот комплекс должен был создавать широкие возможности для решения задачи превращения массового физкультурного движения во всенародное. Всесоюзный физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне СССР" (ГТО) имел уже 5 возрастных ступеней:

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.

Стали проводиться соревнования по зимнему многоборью ГТО, в программу которых входили: лыжный спорт, стрельба, подтягивание на перекладине, отжимания (для женщин).

В программу летнего многоборья ГТО входили: бег, плавание, метания, подтягивание на перекладине, стрельба, отжимания (для женщин).

Общеобразовательной школе отводилась решающая роль в работе по освоению комплекса ГТО.

Широкое распространение получили «Открытые старты», «Дни спорта», «Стать чемпионом ГТО», «Через комплекс ГТО - к высшей производительности труда», «От значка ГТО к олимпийской медали».

Давайте вспомним зимние Олимпийские игры в Сочи. Выступление российской команды стало самым успешным в истории страны. Сборная России выиграла неофициальный командный зачёт. Российские спортсмены завоевали 13 золотых, 11 серебряных и 9 бронзовых наград.

Для чего хотят воссоздать систему ГТО ?

В марте 2013 года на совещании по развитию детско-юношеского спорта Президент Российской Федерации Владимир Путин дал поручение о возвращении Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне». Согласно поручению внедрение нормативов ГТО должно быть произведено с 1 сентября 2014 года. Планируется, что интеграция будет проходить до января 2017 года.

Цель комплекса ГТО - увеличение количества регулярно занимающихся физической культурой и спортом детей и молодежи.

Задача комплекса ГТО - массовое внедрение комплекса, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

Комплекс ГТО будет включать нормативы ГТО и спортивных разрядов, систему тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп.

Структура комплекса будет состоять из 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста.

***Сдать ГТО совсем непросто,
Ты ловким, сильным должен быть,
Чтоб нормативы победить,
Значок в итоге получить.
Пройдя же все ступени вверх -
Ты будешь верить в свой успех.
И олимпийцем можешь стать,
Медали точно получать!***