



От норм ГТО – к здоровью нации!

Проект выполнила:
Загаринкая Анна
Ученица 6 класса
МБОУ Новолеушинской
СОШ



Появление ГТО

Днем зарождения данного физкультурно-оздоровительного движения считается 24 мая 1930 года. Именно тогда в газете «Комсомольская правда» были опубликованы первые материалы по этому важному вопросу. Предполагалась выработка единого критерия оценки физической подготовки людей каждого поколения. Лучшие в каждой возрастной группе должны были получать специальные значки. Советская общественность с большим энтузиазмом поддержала комсомольскую инициативу, поэтому уже в начале 1931 года был разработан первый комплекс ГТО.

ОТ ГТО - К РЕКОРДАМ!





Цель введения ГТО

Забота о здоровье людей
, добиваться
всестороннего
гармоничного развития
человека.

Задачи ГТО

Способствовать
формированию высокого
морального и духовного
облика людей , их
гармоничному развитию и
помогать сохранять на
долгие годы крепкое
здоровье и творческую
активность.



Виды испытаний учитывают возрастные особенности занимающихся от 6 до 70 лет и старше по 11 ступеням, т.е по возрастным группам.

ГТО
ВСЕ ВОЗРАСТЫ
ПОКОРНЫ!

XI ступень: 70 лет и старше	—
X ступень: 60-69 лет	—
IX ступень: 50-59 лет	—
VIII ступень: 40-49 лет	—
VII ступень: 30-39 лет	—
VI ступень: 18-29 лет	—
V ступень: 16-17 лет	—
IV ступень: 13-15 лет	—
III ступень: 11-12 лет	—
II ступень: 9-10 лет	—
I ступень: 6-8 лет	—



Бегать – значит, жить. Именно так считают многие приверженцы бега и здорового образа жизни. Очевидная польза бега заключается в его влиянии на важнейшие системы организма. Регулярные пробежки помогают излечиться от множества недугов, продлить молодость, всегда пребывать в позитивном и жизнерадостном настроении.



ВПЕРЕД К РЕКОРДАМ



«Когда ты тренируешься годами, тебе не о чем сожалеть, даже если ты не сумел стать чемпионом. Ты все равно стал лучше». Эвандер Холифилд



Первое место по лёгкой атлетике!



Побеждает в этой жизни только тот, кто победил сам себя:
победил свой страх , свою лень и свою неуверенность. Первое
место по баскетболу!





Вперед к победам!





Футбол — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела кроме рук большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.





Я люблю играть в футбол.
Тут нужна сноровка.
Не забудешь с налета гол
Ты без тренировки.

Я мячом легко владею:
Пяткой бью и головой.
А еще ногой умею
Пасануть разок-другой.

Я сегодня встал пораньше.
Мячик взял, во двор пошел.
Разбежался я подальше-
И попал в ворота! Гол!



Футбол это жизнь!



Лыжный спорт – нелёгкая работа.

А сказать точнее – тяжкий труд.

Ну а по душе кому, охота

Заниматься им, тот значит крут.





Лыжня России 2017



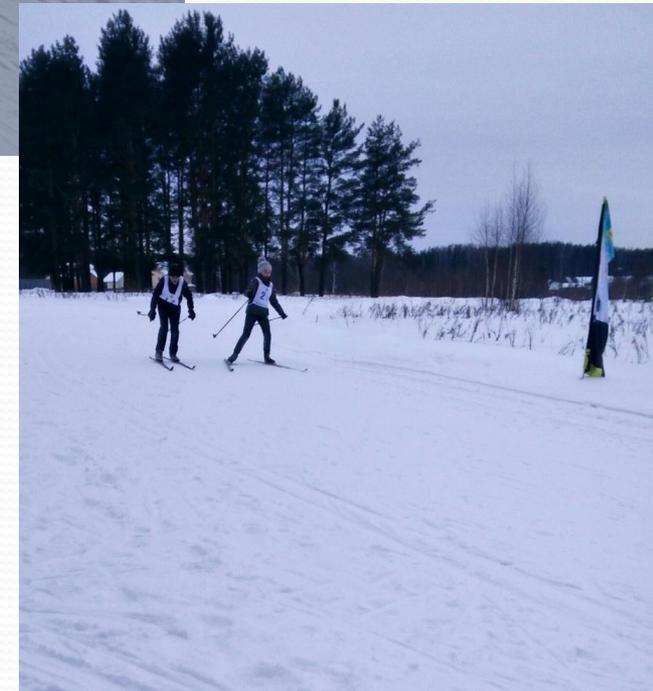


Сдача норм ГТО по лыжным гонкам!





Лыжный спорт— это совокупность различных видов зимнего спорта, в соревнованиях по которым спортсмены используют лыжи. Включает в себя бег на лыжах на различные дистанции, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье (лыжная гонка и прыжки на лыжах с трамплина), горнолыжный спорт и др. Во всем мире лыжи стали одним из самых популярных видов зимнего спорта. Нет более демократичного, доступного, столь тесно связанного с природой и так полезного для человека вида спорта.





«Фитнесс- не только один из ключей к здоровому телу , но и основа динамичности и творческой мысли.» Джон Кеннеди





Фитнес- путь к здоровью!





Волейбол

Мы делаем то что любим , и любим, то что делаем.





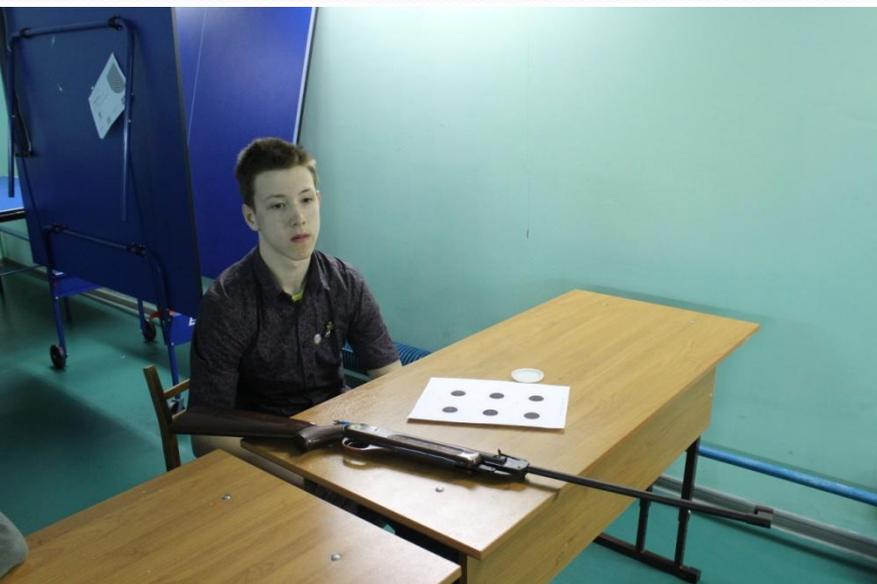
Волейболистами не рождаются, ими становятся!
Первое место!!!





СТРЕЛЬБА

возрождение традиций





Вот я закрыла левый глаз,
Минуты две – прицелюсь.
Один лишь шанс, один лишь раз
Я на курок нажать осмелюсь.
Стою, дыханье задержав
Нет мыслей в голове...
Не шелохнувшись, зубы сжав -
И сердца стук во мне!
Сейчас бы плавно спуск нажать,
Не сбить свое дыханье.
Глаза уже устали ждать,
Но им не в оправданье.
Ведь вам конечно не понять,
Что на пределе нервы!
Что на курок пора нажать,
Что выстрел только первый...

Сдача норм ГТО по стрельбе





Быстрее, выше, сильнее!





ГТО- путь к успеху!



**Физкультуру я люблю!
Спортом занимаюсь!
Нормативы ГТО-
Сдам, не затрудняясь!**





Наша гордость школы!





Будущее России



Приходи в зал! Займись
спортом!

