



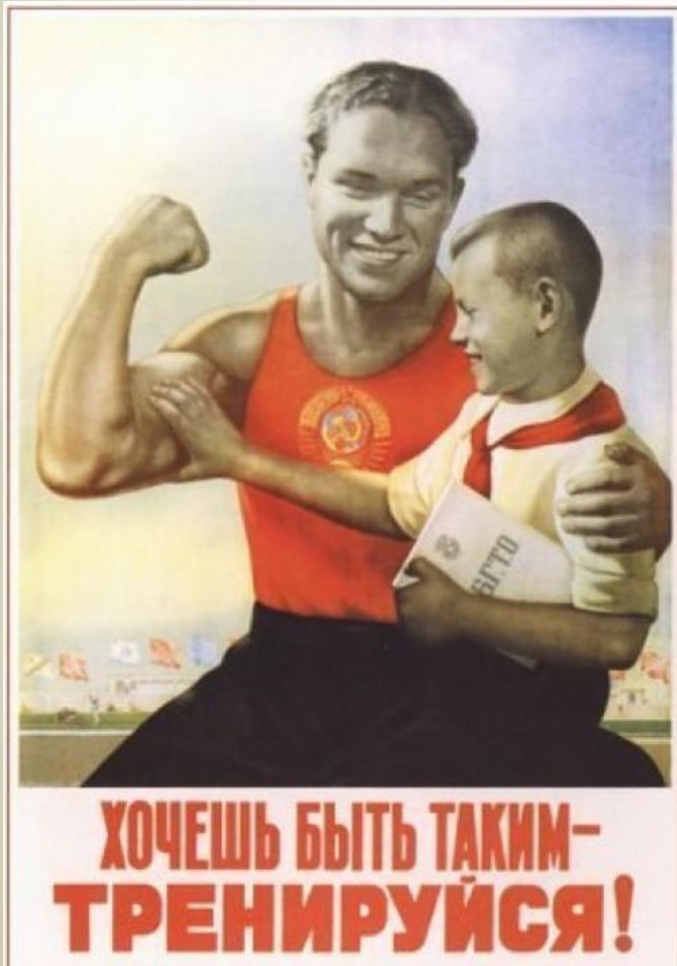
**Продвижение комплекса  
«Готов к труду и обороне»  
среди сверстников**

Работу выполнил:  
МБОУ «Богородская СШ»  
Плаксин Денис  
6 класс

2017

# Что такое ГТО ?

Общероссийское движение  
«Готов к труду и обороне» -  
программа физкультурной  
подготовки.



# Из истории ГТО

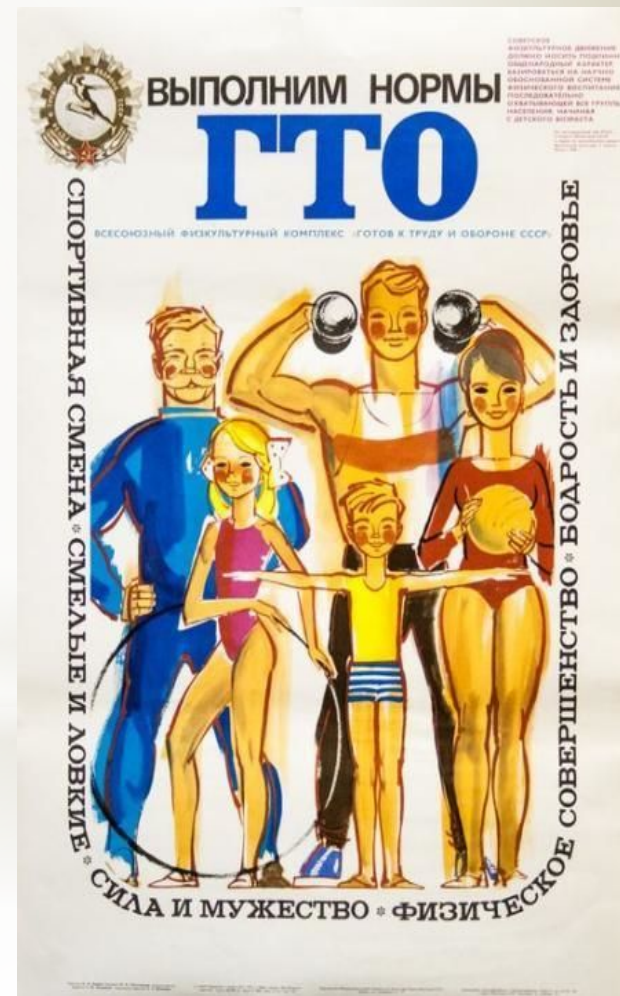
Охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет.

Необходимо было сдать определенные нормативы по физической подготовке.

Сдавать нужно было такие виды упражнений, как бег, прыжки в длину и в высоту, плавание, метание мяча, лыжные гонки, подтягивание на перекладине, стрельба, велокросс, туристский поход и др.



Простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в нормативы ГТО, их очевидная польза для укрепления здоровья сделали его популярным среди населения и особенно среди молодежи.



# Плакаты ГТО

## ГТО - путь к успеху!

Ты хочешь успешной карьеры, и быть готовым  
защитить своих близких?

У тебя есть шанс изменить жизнь в лучшую сторону  
Приходи и сдай нормативы ГТО, задумайся о будущем!

## ЗАИНТЕРЕСОВАЛСЯ?

## Тогда ДЕЙСТВУЙ!!!

- Изучи план ➡
- Сдай нормативы
- Получи значок
- Носи его с гордостью

Бег	
Прыжок в длину с разбега	
Прыжок в длину с места	
Метание	
Подтягивание	
Наклон вперед с прямыми ногами	
Лыжные гонки	
Плавание	
Стрельба из пневматической винтовки (упражнение ВП-2)	
Туристский поход с проверкой туристских навыков	

Физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне" впервые был введен в 1931 году, успешно просуществовав 60 лет комплекс был свернут в 1991 году. За последние 20 лет общее физическое состояние населения России настолько ухудшилось, что те нормативы, которые сдавали наши родители, под силу сдать только единицам...

# Плакаты ГТО

**ЮНОШИ И ДЕВУШКИ!**

**ВСТУПАЙТЕ** в физкультурные коллективы,  
в спортивные секции,

**ЗАНИМАЙТЕСЬ** ежедневно физической  
культурой и спортом,

**СДАВАЙТЕ** нормы на значок **ГТО!**

ЦДКХИИ им. Туха, гал. кн. 44 г. 44. «Советский» Тир. 1000. Зам. 3107-48

- В 90 – е годы, комплекс ГТО был предан забвению, что существенно отразилось на физической подготовке граждан и, в первую очередь, молодежи.



# В наши дни ГТО.



- По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране вводится **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)** для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.



# Горжусь тобой, Отечество!

- \* Обновленная расшифровка ГТО звучит как: «Горжусь тобой, Отечество!»
- \* Это название-призыв оказалось более личным, более теплым, в нем напрямую упоминается святое для русского человека слово «Отечество».



# Ступени ГТО

При сдаче норм ГТО существует несколько ступеней:

I ступень – школьники 6-8 лет

II ступень – школьники 9-10 лет

III ступень – школьники 11-12 лет

IV ступень – школьники 13-15 лет

V ступень – школьники 16-17 лет



# Ступени ГТО для мужчин

- 6 ступень - мужчины 18 - 29 лет
- 7 ступень - мужчины 30 - 39 лет
- 8 ступень - мужчины 40 - 49 лет
- 9 ступень - мужчины 50 - 59 лет
- 10 ступень - мужчины 60 - 69 лет
- 11 ступень - мужчины 70 лет и старше.



# Ступени ГТО для женщин

- 6 ступень - женщины 18 - 29 лет
- 7 ступень - женщины 30 - 39 лет
- 8 ступень - женщины 40 - 49 лет
- 9 ступень - женщины 50 - 59 лет
- 10 ступень - женщины 60 - 69 лет
- 11 ступень - женщины 70 лет и старше.



# Готов к Труду и Обороне



**ГТО — это возрождение  
массового и детского спорта**

**Основная цель возрождения ГТО -  
популяризация спорта и увеличение  
числа людей, ведущих активный  
и здоровый образ жизни**

A collage of images showing adults and children participating in sports: a woman cycling, a child climbing, a woman lifting weights, and children with a basketball. A GTO 1 medal is visible in the bottom left corner. A small logo in the bottom right corner of the collage reads: 'Всероссийский олимпийский центр подготовки молодежи'.

# СДАЙ НОРМАТИВЫ ГТО – ПОЛУЧИ ЗНАК ОТЛИЧИЯ



**(4722) 311-035** РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
ТЕСТИРОВАНИЯ

## Готов к Труду и Обороне

*В марте 2014 года Президент Российской Федерации подписал Указ №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).*

### Что такое ГТО?

Это комплекс упражнений, который позволяет стать сильными и ловкими, развить свои физические способности и добиться высоких спортивных результатов.

Комплекс предусматривает выполнение нормативов населением различных возрастных групп  
**от 6 до 70 лет и старше.**

Комплекс ГТО – это отличная возможность проверить свою силу воли и настойчивость.

**ГТО** – прекрасный стимул  
заниматься спортом  
и поддерживать здоровье!



- Выполнившие нормативы комплекса будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия, а также получат массовые спортивные разряды и звания.



- Обладание такими знаками отличия даст бонусы при поступлении в высшие учебные заведения.

*Возрождая традиции!*

## ЗНАК ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС БУДЬ ЗДОРОВ

**Знак 1, рельефный**  
Размер: 27х27 мм  
Варианты крепления:  
цанга, булавка, винт



**Знак 2**  
Поднятый/опущенный металл  
Размер: 27х27 мм  
Варианты крепления:  
цанга, булавка, винт



## ЗНАКИ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)

*Возрождая традиции!*

### УДОСТОВЕРЕНИЕ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»



**UD6**  
Размер: 70х100 мм  
Плотная бумага



**UD4**  
Размер: 110х80 мм  
Бумвинил, плотная бумага

### ФУТЛЯРЫ ДЛЯ ЗНАКОВ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»



**FU98**  
Внут. размер: 32х32 мм



**FU125a (бордо)**  
**FU125b (синий)**  
Внут. размер: 45х42 мм

### ПОДЛОЖКА В УПАКОВКЕ ДЛЯ ЗНАКОВ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

**UD7**

Размер: 100х70 мм  
Плотная бумага



На подложке можно использовать  
Герб Вашего субъекта или города

На подложке возможно нанесение текста  
и/или изображения по Вашему заказу.

На подложке можно использовать флаг  
Вашего субъекта или города.

Расчёт стоимости аксессуаров для знаков производится по запросу

ПРОИЗВОДСТВО И ПРОДАЖА КУБКОВ, ПРИЗОВ, МЕДАЛЕЙ, ПЛАКЕТОК,  
ЗНАЧКОВ, ПОДАРКОВ, СУВЕНИРОВ. ОПЕРАТИВНАЯ ГАВРИРОВКА  
БОЛЕЕ 130 ДИЛЕРОВ В 77 СУБЪЕКТАХ РФ И СНГ!

ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНАЯ СЛУЖБА : (495) 646-87-82

[www.dialcon.ru](http://www.dialcon.ru)



**ЗДОРОВЫЙ  
ДУХ -  
В ЗДОРОВОМ  
ТЕЛЕ!  
ТЫ В ГТО,  
А ЗНАЧИТ В ТЕМЕ!**



**ГТО - путь к успеху**



*Твое здоровье -  
нормы ГТО!*



**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.**





**Мы ГОТОВЫ к сдаче ГТО!**

**А Вы?**



# Вперёд, к

