

От норм ГТО – к ОЛИМПИЙСКИМ МЕДАЛЯМ!

Автор работы:
Шемякина Татьяна Николаевна,
учитель физической культуры
МОУ СОШ №5 г.Вологды



**ХОЧЕШЬ БЫТЬ ТАКИМ-
ТРЕНИРУЙСЯ!**



БУДЬ ФИЗКУЛЬТУРНИЦЕЙ!

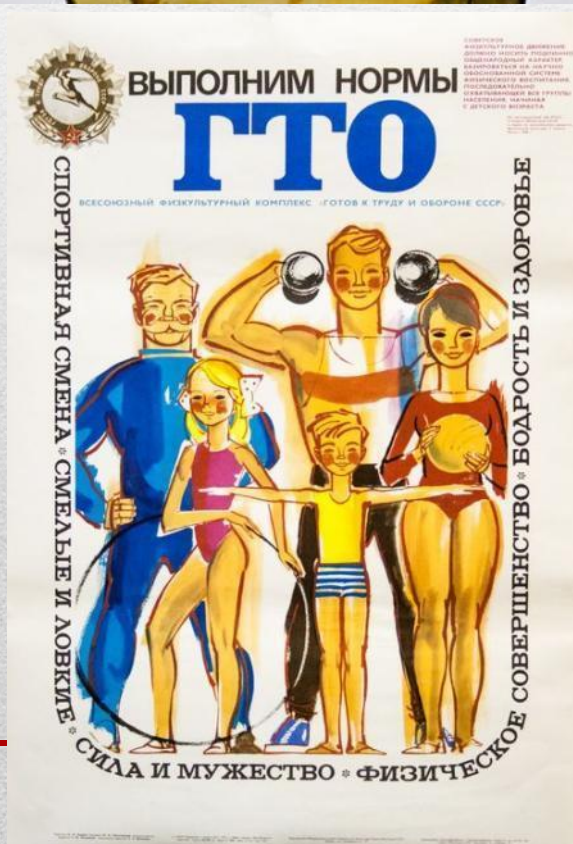
**Общероссийское
движение «Готов к
труду и обороне» -
программа
физкультурной
подготовки,
которая
существовала в
нашей стране с 1931
года по 1991 год.**



- Охватывала население в возрасте от **10 до 60 лет**.
- Необходимо было сдать определенные нормативы по физ.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.





- Сдача нормативов подтверждалась специальными серебряными и золотыми значками ГТО.
- Те, кто сдавал нормативы в течение нескольких лет, получали значок «Почётный значок ГТО».



«ОТ ЗНАЧКА ГТО К ОЛИМПИЙСКОЙ МЕДАЛИ»



- Так звучал лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия физкультурой, спортом, утренней гимнастикой.

Получение и дальнейшее ношение значка ГТО было почетным, обеспечивало дорогу в большой спорт.

В былые времена его наличие говорило о том, что перед вами человек, который старается быть гармонично развитой личностью.



ЮНОШИ И ДЕВУШКИ!

ВСТУПАЙТЕ в физкультурные коллективы,
в спортивные секции,

ЗАНИМАЙТЕСЬ повседневно физической
культурой и спортом,

СДАВАЙТЕ нормы на значок **ГТО!**



- Во времена обязательных нормативов ГТО граждане СССР претендовали на медали на многих международных соревнованиях, становились рекордсменами почти во всех видах спорта.
 - К началу 1976 года свыше 220 миллионов человек имели значки ГТО.
-



- В годы перестройки, после развала Союза, комплекс ГТО был предан забвению, что существенно отразилось на физической подготовке граждан и, в первую очередь, молодежи.



- 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.



В.В.Путин предложил воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами.

А что сегодня?

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».



Нормативы, рекомендованные для современных школьников 10-11 лет (5 класс).

Виды упражнений	Мальчики			Девочки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 30 м	5,3	5,5	6,2	5,4	5,6	6,3
Прыжок в длину	310	300	260	300	260	220
Прыжок в высоту	105	100	90	100	90	80
Метание мяча	34	27	20	21	17	14
Подтягивание на перекладине	6	4	3	-	-	-



- 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.

Каждая ступень



ГТО — это ступенька к



будущей



ОЛИМПИЙСКОЙ

победе





**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.**



Вперёд, к победам!