



Ильиных Анна
Тюменский Медицинский
Колледж
«Лабораторная
диагностика» 320 группа

«ИСТОРИЯ ГТО»

ВСЕ МИРОВЫЕ РЕКОРДЫ ДОЛЖНЫ БЫТЬ НАШИ!

- **24 мая 1930 года газета «Комсомольская правда» опубликовала призыв ввести критерий для оценки физической подготовленности молодежи. Предлагалось установить специальные нормы и требования, а тех, кто их выполнит, награждать значком. По инициативе ленинского комсомола и по поручению Всесоюзного совета физической культуры при ВЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО – Готов к Труду и Обороне. Впервые введенный комплекс ГТО состоял из одной ступени, которая включала 15 нормативов по различным физическим упражнениям (бег, прыжки, метания, плавание, лыжи и др.). 11 марта 1931 года комплекс ГТО был утвержден.**
-

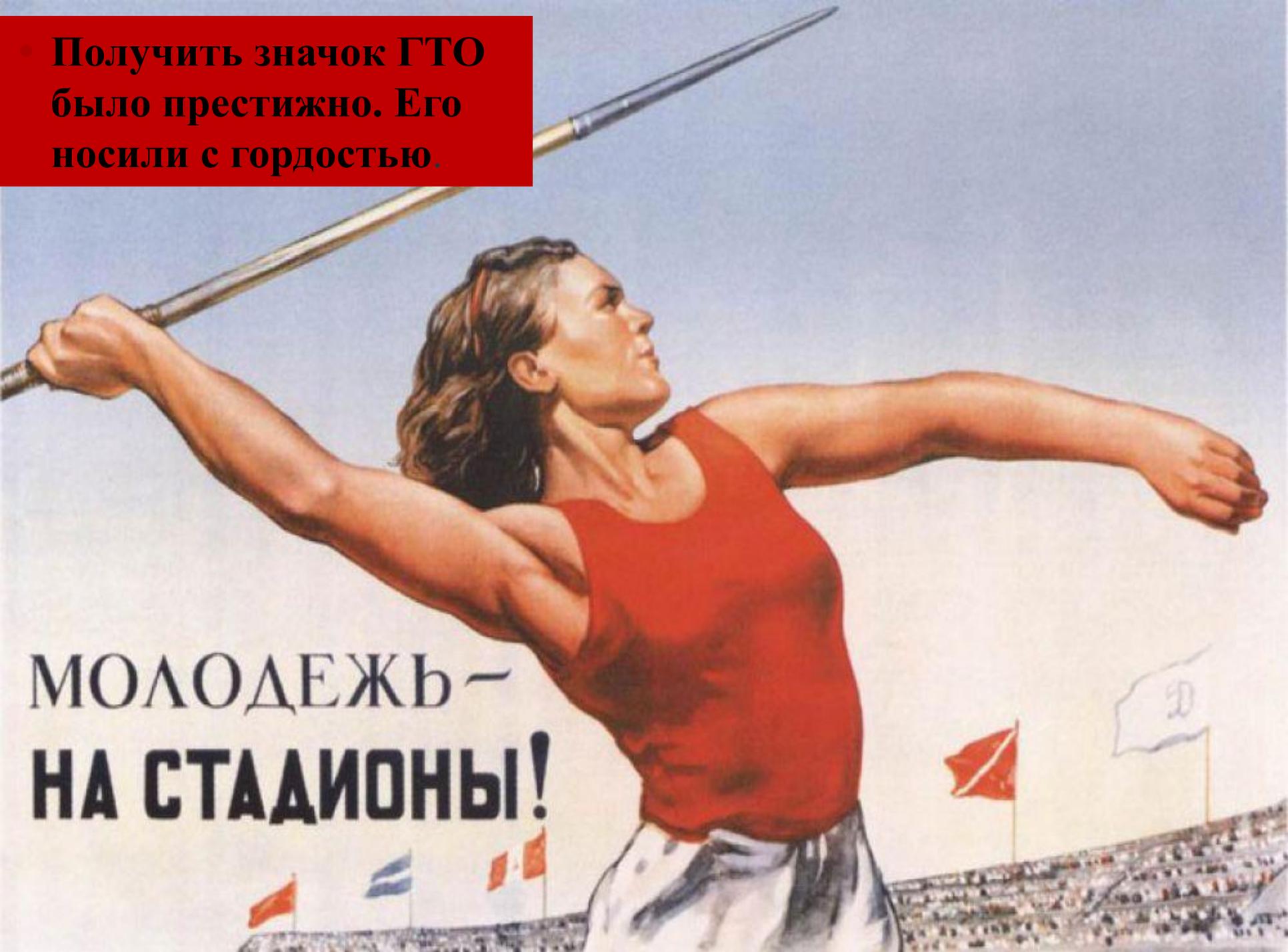


Комплекс ГТО охватывал население от 10 до 60 лет. На старты по сдаче ГТО выходили известные ученые, спортсмены, герои труда.



• Получить значок ГТО было престижно. Его носили с гордостью.

МОЛОДЕЖЬ —
НА СТАДИОНЫ!



- В 1934 году появился комплекс **БГТО** – **Будь Готов к Труду и Обороне.**

— ЗАКАЖИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗАГЕРКУ НА ПЛОЩАДКАХ, ЗА ГОРОДОМ, ЗАНИМАЯСЬ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, КРЕПИТЕ СВОИ МУСКУЛЫ, СВОЕ ЗДОРОВЬЕ, ТВОИМ... ЕЩЕ ЛУЧШЕ УЧИТЬСЯ.

А. В. КОЛОД

ОБЩИЕ НОРМЫ

НОРМЫ ПО ВЫБОРУ

Упражнения I

Упражнения II

Упражнения III

БГТО
БУДУ Готов к ТРУДУ и ОБОРОНЕ

ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

Вопросы: 1) Какое значение имеет физкультура для здоровья человека? 2) Какие упражнения входят в комплекс БГТО? 3) Как правильно выполнять упражнения БГТО? 4) Какую роль играет физкультура в подготовке к труду и обороне?

Возраст	Мужчины		Женщины		Возраст	Мужчины		Женщины	
	Апрель	Август	Апрель	Август		Апрель	Август	Апрель	Август
1. Пробежка на 100 м	1:30	1:30	2:00	2:00	1. Пробежка на 100 м	1:30	1:30	2:00	2:00
2. Пробежка на 200 м	3:00	3:00	4:00	4:00	2. Пробежка на 200 м	3:00	3:00	4:00	4:00
3. Пробежка на 400 м	6:00	6:00	8:00	8:00	3. Пробежка на 400 м	6:00	6:00	8:00	8:00
4. Пробежка на 800 м	12:00	12:00	16:00	16:00	4. Пробежка на 800 м	12:00	12:00	16:00	16:00
5. Пробежка на 1600 м	24:00	24:00	32:00	32:00	5. Пробежка на 1600 м	24:00	24:00	32:00	32:00
6. Пробежка на 3200 м	48:00	48:00	64:00	64:00	6. Пробежка на 3200 м	48:00	48:00	64:00	64:00
7. Пробежка на 6400 м	96:00	96:00	128:00	128:00	7. Пробежка на 6400 м	96:00	96:00	128:00	128:00
8. Пробежка на 12800 м	192:00	192:00	256:00	256:00	8. Пробежка на 12800 м	192:00	192:00	256:00	256:00
9. Пробежка на 25600 м	384:00	384:00	512:00	512:00	9. Пробежка на 25600 м	384:00	384:00	512:00	512:00
10. Пробежка на 51200 м	768:00	768:00	1024:00	1024:00	10. Пробежка на 51200 м	768:00	768:00	1024:00	1024:00
11. Пробежка на 102400 м	1536:00	1536:00	2048:00	2048:00	11. Пробежка на 102400 м	1536:00	1536:00	2048:00	2048:00
12. Пробежка на 204800 м	3072:00	3072:00	4096:00	4096:00	12. Пробежка на 204800 м	3072:00	3072:00	4096:00	4096:00
13. Пробежка на 409600 м	6144:00	6144:00	8192:00	8192:00	13. Пробежка на 409600 м	6144:00	6144:00	8192:00	8192:00
14. Пробежка на 819200 м	12288:00	12288:00	16384:00	16384:00	14. Пробежка на 819200 м	12288:00	12288:00	16384:00	16384:00
15. Пробежка на 1638400 м	24576:00	24576:00	32768:00	32768:00	15. Пробежка на 1638400 м	24576:00	24576:00	32768:00	32768:00
16. Пробежка на 3276800 м	49152:00	49152:00	65536:00	65536:00	16. Пробежка на 3276800 м	49152:00	49152:00	65536:00	65536:00
17. Пробежка на 6553600 м	98304:00	98304:00	131072:00	131072:00	17. Пробежка на 6553600 м	98304:00	98304:00	131072:00	131072:00
18. Пробежка на 13107200 м	196608:00	196608:00	262144:00	262144:00	18. Пробежка на 13107200 м	196608:00	196608:00	262144:00	262144:00
19. Пробежка на 26214400 м	393216:00	393216:00	524288:00	524288:00	19. Пробежка на 26214400 м	393216:00	393216:00	524288:00	524288:00
20. Пробежка на 52428800 м	786432:00	786432:00	1048576:00	1048576:00	20. Пробежка на 52428800 м	786432:00	786432:00	1048576:00	1048576:00
21. Пробежка на 104857600 м	1572864:00	1572864:00	2097152:00	2097152:00	21. Пробежка на 104857600 м	1572864:00	1572864:00	2097152:00	2097152:00
22. Пробежка на 209715200 м	3145728:00	3145728:00	4194304:00	4194304:00	22. Пробежка на 209715200 м	3145728:00	3145728:00	4194304:00	4194304:00
23. Пробежка на 419430400 м	6291456:00	6291456:00	8388608:00	8388608:00	23. Пробежка на 419430400 м	6291456:00	6291456:00	8388608:00	8388608:00
24. Пробежка на 838860800 м	12582912:00	12582912:00	16777216:00	16777216:00	24. Пробежка на 838860800 м	12582912:00	12582912:00	16777216:00	16777216:00
25. Пробежка на 1677721600 м	25165824:00	25165824:00	33554432:00	33554432:00	25. Пробежка на 1677721600 м	25165824:00	25165824:00	33554432:00	33554432:00
26. Пробежка на 3355443200 м	50331648:00	50331648:00	67108864:00	67108864:00	26. Пробежка на 3355443200 м	50331648:00	50331648:00	67108864:00	67108864:00
27. Пробежка на 6710886400 м	100663296:00	100663296:00	134217728:00	134217728:00	27. Пробежка на 6710886400 м	100663296:00	100663296:00	134217728:00	134217728:00
28. Пробежка на 13421772800 м	201326592:00	201326592:00	268435456:00	268435456:00	28. Пробежка на 13421772800 м	201326592:00	201326592:00	268435456:00	268435456:00
29. Пробежка на 26843545600 м	402653184:00	402653184:00	536870912:00	536870912:00	29. Пробежка на 26843545600 м	402653184:00	402653184:00	536870912:00	536870912:00
30. Пробежка на 53687091200 м	805306368:00	805306368:00	1073741824:00	1073741824:00	30. Пробежка на 53687091200 м	805306368:00	805306368:00	1073741824:00	1073741824:00

Пионер! Будь готов к труду и защите Родины!



- К спортивным соревнованиям прибавилось умение оказывать первую медицинскую помощь. Изменения в комплекс вносились в 1940, 1947, 1955, 1959, 1965 годах.
-

ОСОАВИАХИМ ОПОРА
МИРНОГО ТРУДА И
ОБОРОНЫ СССР.



Фонд „АВНО“

10 КОПЕЕК.
1917 Ленинград

- Движение ГТО развивалось при поддержке ОСОАВИАХИМ – Общества содействия обороне авиационному и химическому строительству и имело не только физкультурную, но и идеологическую направленность. Одновременно развивались парашютный спорт, стрельба, лыжный спорт.





- Приемником ОСОАВИАХИМ стало ДОСААФ – Добровольное Общество Содействия Армии Авиации и Флоту, которое также большое внимание уделяло движению ГТО.
-



- Последний всесоюзный физкультурный комплекс ГТО был утверждён 17 января 1972 года.
 - Он имел 5 возрастных ступеней:
 - 1 ступень** — «Смелые и ловкие» — 10—11 и 12—13 лет;
 - 2 ступень** — «Спортивная смена» — 14—15 лет;
 - 3 ступень** — «Сила и мужество» — 16—18 лет;
 - 4 ступень** — «Физическое совершенство» — мужчины 19—39 лет, женщины 19—34 лет,
 - 5 ступень** — «Бодрость и здоровье» — мужчины 40—60 лет, женщины 35—55 лет.
-



В Вооружённых Силах СССР с 1972 года действовал военносportивный комплекс, соответствующий 4-й ступени ГТО.

- После развала Советского Союза движение ГТО было фактически свёрнуто. Уровень физической подготовки призывников упал.
- **НО УЖЕ 24 марта 2014 года** Президент России Владимир Путин подписал указ о **возрождении норм ГТО!!!**



2021

1972

Теперь аббревиатура расшифровывается, как «Горжусь Тобой, Отечество». Значков стало три (бронза, серебро, золото). Не сдавшие норматив получают отличительный знак «Участник».





• **Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.**



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



Принципы – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

**И помните, все начинается с малого.
ОТ НОРМ ГТО – К ОЛИМПИЙСКИМ МЕДАЛЯМ!**



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**
