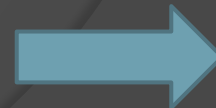


ГТО - ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ

Выполнил
ученик 7 класса
Чередников Кирилл
МОУ «СОШ с.Багаевка
имени Н.В. Котлова»
26.05.2016



- Введение.....2
- Указ президента РФ.....3
- Возрождение.....5
- Значки.....6
- Нормативы IV ступени.....7
- Источники.....18



- ⦿ Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.
- ⦿ Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).

- Полный текст Указа:
- В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, постановляю:
- 1. Ввести в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – программную и нормативную основу физического воспитания населения.
- 2. Правительству Российской Федерации:
 - а) утвердить до 15 июня 2014 г. положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);
 - б) начиная с 2015 года представлять Президенту Российской Федерации ежегодно, до 1 мая, доклад о состоянии физической подготовленности населения.
- 3. Правительству Российской Федерации совместно с органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации:
 - Смотрите также
 - [Указ № 17224](#) марта 2014 года
 - а) разработать и утвердить до 30 июня 2014 г. план мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), а также принять меры по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
 - б) обеспечить до 1 августа 2014 г. разработку и принятие нормативных правовых актов, направленных на реализацию мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на федеральном, региональном и местном уровнях.

- 4. Установить, что реализация мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) осуществляется федеральными органами исполнительной власти и органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации в пределах бюджетных ассигнований, предусматриваемых указанным органам соответственно в федеральном бюджете и в бюджетах субъектов Российской Федерации.
- 5. Министерству спорта Российской Федерации:
 - а) осуществлять координацию деятельности федеральных органов исполнительной власти и органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации по реализации мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
 - б) представить в установленном порядке предложения о внесении в государственную программу Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» изменений, связанных с введением в действие Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
- 6. Рекомендовать высшим должностным лицам (руководителям высших исполнительных органов государственной власти) субъектов Российской Федерации:
 - а) определить органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, ответственные за поэтапное внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
 - б) разработать и по согласованию с Министерством спорта Российской Федерации утвердить до 1 августа 2014 г. региональные планы мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
- 7. Настоящий Указ вступает в силу со дня его официального опубликования.



Для чего хотят воссоздать систему ГТО?

- На прошедшем в марте 2013 года совещании по развитию детско-юношеского спорта Президент РФ **Владимир Путин** заявил о том, что, несмотря на усилия по продвижению ценностей здорового образа жизни, сейчас многие дети имеют хронические заболевания, и ситуация с массовым и с детским спортом серьезно не изменилась.
- Для решения этой проблемы и укрепления здоровья детей Путин и предложил воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами, которые будут соответствовать уровню физического развития ребёнка. Он также заявил о том, что название программе нужно придумать другое, и поручил Минобрнауки и Минспорту заняться её разработкой.
- Путин также предложил вносить оценку уровня физической подготовки школьника в аттестат и учитывать её при поступлении в вузы.
- Инициативу Путина снова ввести ГТО уже поддержали депутаты Госдумы, сенаторы Совета Федерации, ректоры вузов, а также ДОСААФ России (Добровольное общество содействия армии, авиации и флоту).



НОРМАТИВЫ IV СТУПЕНИ

- БЕГ НА 60 М (СЕК.)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 8,7 СЕКУНД
- СЕРЕБРО — 9,7 СЕКУНД
- БРОНЗА — 10,0 СЕКУНД
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 9,6 СЕКУНД
- СЕРЕБРО — 10,6 СЕКУНД
- БРОНЗА — 10,9 СЕКУНД
- БЕГ НА 2 КМ (МИН.)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 9.00 МИНУТ
- СЕРЕБРО — 9.30 МИНУТ
- БРОНЗА — 9.55 МИНУТ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 11.00 МИНУТ
- СЕРЕБРО — 11.40 МИНУТ
- БРОНЗА — 12.10 МИНУТ
- АЛЬТЕРНАТИВА
- БЕГ НА 3 КМ (МИН.)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- СЕРЕБРО — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- БРОНЗА — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- ДЕВОЧКИ
- —
- —
- —

- ПОДТЯГИВАНИЕ ИЗ ВИСА НА ВЫСОКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ (КОЛ-ВО РАЗ)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 10 РАЗ
- СЕРЕБРО — 6 РАЗ
- БРОНЗА — 4 РАЗА
- ДЕВОЧКИ
-
-
-
- АЛЬТЕРНАТИВА
- ПОДТЯГИВАНИЕ ИЗ ВИСА ЛЕЖА НА НИЗКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ (КОЛ-ВО РАЗ)
- МАЛЬЧИКИ
-
-
-
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 18 РАЗ
- СЕРЕБРО — 11 РАЗ
- БРОНЗА — 9 РАЗ
- АЛЬТЕРНАТИВА
- СГИБАНИЕ И РАЗГИБАНИЕ РУК УПОРЕ ЛЕЖА НА ПОЛУ (КОЛ-ВО РАЗ)
- МАЛЬЧИКИ
-
-
-
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 15 РАЗ
- СЕРЕБРО — 9 РАЗ
- БРОНЗА — 7 РАЗ

- НАКЛОН ВПЕРЕД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ С ПРЯМЫМИ НОГАМИ НА ПОЛУ
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — ДОСТАТЬ ПОЛ ЛАДОНЯМИ
- СЕРЕБРО — КАСАНИЕ ПОЛА ПАЛЬЦАМИ РУК
- БРОНЗА — КАСАНИЕ ПОЛА ПАЛЬЦАМИ РУК
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — ДОСТАТЬ ПОЛ ПАЛЬЦАМИ РУК
- СЕРЕБРО — ДОСТАТЬ ПОЛ ПАЛЬЦАМИ РУК
- БРОНЗА — ДОСТАТЬ ПОЛ ПАЛЬЦАМИ РУК



ИСПЫТАНИЯ ПО ВЫБОРУ

- ПРЫЖОК В ДЛИНУ С РАЗБЕГА (СМ)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 390 САНТИМЕТРОВ
- СЕРЕБРО — 350 САНТИМЕТРОВ
- БРОНЗА — 330 САНТИМЕТРОВ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 330 САНТИМЕТРОВ
- СЕРЕБРО — 290 САНТИМЕТРОВ
- БРОНЗА — 280 САНТИМЕТРОВ
- СМОТРЕТЬ ВИДЕО
- АЛЬТЕРНАТИВА
- ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА ТОЛЧКОМ ДВУМЯ НОГАМИ (СМ)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 200 САНТИМЕТРОВ
- СЕРЕБРО — 185 САНТИМЕТРОВ
- БРОНЗА — 175 САНТИМЕТРОВ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 175 САНТИМЕТРОВ
- СЕРЕБРО — 155 САНТИМЕТРОВ
- БРОНЗА — 150 САНТИМЕТРОВ



- ПОДНИМАНИЕ ТУЛОВИЩА
ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ ЛЕЖА НА СПИНЕ (КОЛ-
ВО РАЗ 1 МИН.)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 47 РАЗ
- СЕРЕБРО — 36 РАЗ
- БРОНЗА — 30 РАЗ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 40 РАЗ
- СЕРЕБРО — 30 РАЗ
- БРОНЗА — 25 РАЗ



- ◎ **МЕТАНИЕ МЯЧА ВЕСОМ 150 Г (М)**
- ◎ **МАЛЬЧИКИ**
- ◎ **ЗОЛОТО — 40 МЕТРОВ**
- ◎ **СЕРЕБРО — 35 МЕТРОВ**
- ◎ **БРОНЗА — 30 МЕТРОВ**
- ◎ **ДЕВОЧКИ**
- ◎ **ЗОЛОТО — 26 МЕТРОВ**
- ◎ **СЕРЕБРО — 21 МЕТР**
- ◎ **БРОНЗА — 18 МЕТРОВ**



- БЕГ НА ЛЫЖАХ НА 3 КМ (МИН.)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 16.30 МИНУТ
- СЕРЕБРО — 17.45 МИНУТ
- БРОНЗА — 18.45 МИНУТ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 19.30 МИНУТ
- СЕРЕБРО — 21.30 МИНУТА
- БРОНЗА — 22.30 МИНУТЫ
- АЛЬТЕРНАТИВА
- БЕГ НА ЛЫЖАХ НА 5 КМ (МИН.)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 26.00 МИНУТ
- СЕРЕБРО — 27.15 МИНУТ
- БРОНЗА — 28.00 МИНУТ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- СЕРЕБРО — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- БРОНЗА — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ

АЛЬТЕРНАТИВА
 КРОСС НА 3 КМ
 ПО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ
 МЕСТНОСТИ*
 МАЛЬЧИКИ
 ЗОЛОТО — БЕЗ УЧЕТА
 ВРЕМЕНИ
 СЕРЕБРО — БЕЗ УЧЕТА
 ВРЕМЕНИ
 БРОНЗА — БЕЗ УЧЕТА
 ВРЕМЕНИ
 ДЕВОЧКИ
 ЗОЛОТО — БЕЗ УЧЕТА
 ВРЕМЕНИ
 СЕРЕБРО — БЕЗ УЧЕТА
 ВРЕМЕНИ
 БРОНЗА — БЕЗ УЧЕТА
 ВРЕМЕНИ

* Для бесснежных районов
 страны



- ◎ ПЛАВАНИЕ НА 50 М (МИН.)
- ◎ МАЛЬЧИКИ
- ◎ ЗОЛОТО — 0.43 МИНУТ
- ◎ СЕРЕБРО — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- ◎ БРОНЗА — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- ◎ ДЕВОЧКИ
- ◎ ЗОЛОТО — 1.05 МИНУТА
- ◎ СЕРЕБРО — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ
- ◎ БРОНЗА — БЕЗ УЧЕТА ВРЕМЕНИ

- СТРЕЛЬБА ИЗ ПНЕВМАТИЧЕСКОЙ ВИНТОВКИ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СИДЯ ИЛИ СТОЯ С ОПОРОЙ ЛОКТЕЙ О СТОЛ ИЛИ СТОЙКУ, ДИСТАНЦИЯ — 10 М (ОЧКИ)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 25 ОЧКОВ
- СЕРЕБРО — 20 ОЧКОВ
- БРОНЗА — 15 ОЧКОВ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 25 ОЧКОВ
- СЕРЕБРО — 20 ОЧКОВ
- БРОНЗА — 15 ОЧКОВ
- АЛЬТЕРНАТИВА
- СТРЕЛЬБА ИЗ ЭЛЕКТРОННОГО ОРУЖИЯ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СИДЯ ИЛИ СТОЯ С ОПОРОЙ ЛОКТЕЙ О СТОЛ ИЛИ СТОЙКУ, ДИСТАНЦИЯ — 10 М (ОЧКИ)
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 30 ОЧКОВ
- СЕРЕБРО — 25 ОЧКОВ
- БРОНЗА — 18 ОЧКОВ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 30 ОЧКОВ
- СЕРЕБРО — 25 ОЧКОВ
- БРОНЗА — 18 ОЧКОВ



- ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ НА ДИСТАНЦИЮ 10 КМ
- СЕРЕБРО — ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ НА ДИСТАНЦИЮ 10 КМ
- БРОНЗА — ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ НА ДИСТАНЦИЮ 10 КМ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ НА ДИСТАНЦИЮ 10 КМ
- СЕРЕБРО — ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ НА ДИСТАНЦИЮ 10 КМ
- БРОНЗА — ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ НА ДИСТАНЦИЮ 10 КМ



- КОЛ-ВО ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ ВИДОВ В ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 11 ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ
- СЕРЕБРО — 11 ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ
- БРОНЗА — 11 ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 11 ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ
- СЕРЕБРО — 11 ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ
- БРОНЗА — 11 ВИДОВ ИСПЫТАНИЙ
- КОЛ-ВО ИСПЫТАНИЙ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО ВЫПОЛНИТЬ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ЗНАКА ОТЛИЧИЯ КОМПЛЕКСА**
- МАЛЬЧИКИ
- ЗОЛОТО — 8 ИСПЫТАНИЙ
- СЕРЕБРО — 7 ИСПЫТАНИЙ
- БРОНЗА — 6 ИСПЫТАНИЙ
- ДЕВОЧКИ
- ЗОЛОТО — 8 ИСПЫТАНИЙ
- СЕРЕБРО — 7 ИСПЫТАНИЙ
- БРОНЗА — 6 ИСПЫТАНИЙ
- ** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

- ◎ В известном детском стихотворении С.Я. Маршака 1937 года «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку. Из примет — «среднего роста, плечистый и крепкий, ходит он в белой футболке и кепке. Знак „ГТО“ на груди у него. Больше не знают о нем ничего», сообщает читателю Маршак.
- ◎ Ирония стихотворения заключалась в том, что значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!

ИСТОЧНИКИ

- ◎ http://www.gto.ru/norms#tab_scholars
- ◎ <http://www.gto.ru/document>
- ◎ <https://yandex.ru/images/>

