

Государственное бюджетное учреждение Саратовской области  
«Центр психолого- педагогического и медико-социального  
сопровождения детей» г. Вольска

# «Я и спорт»

«Смотри как я могу»

Авторы:

Симаков Дмитрий Михайлович

Канцеева Диана Ивановна

Руководитель:

Бажина С.В.

© 2016г.

# ГТО - ЭТО

программа физкультурной подготовки в общеобразовательных школах.

## Историческая справка

- «Готов к труду́ и обороне СССР» (ГТО) — программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях в СССР, основополагающая в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодёжи. Существовала с 1931 по 1991 год.
- Комплекс ГТО был направлен на физическое развитие и укрепления здоровья граждан, являлся основой системы физического воспитания и был призван способствовать развитию массового физкультурного движения в Советском Союзе.
- В программе участвовали граждане страны в возрасте от 10 до 60 лет. Для каждой возрастной группы были установлены соответствующие требования и нормативы физической подготовки.
- 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.

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком





# По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране вводится Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)

- «Высокие спортивные
- достижения, успехи наших
- атлетов на престижных
- международных соревнованиях,
- все это, безусловно, важно и
- нужно. Но главное сделать так,
- чтобы спорт, активный образ
- жизни стали нормой
- российского общества,
- как сейчас принято говорить,
- актуальным трендом»,



# Виды испытаний



Бег на короткие дистанции

Бег на средние и длинные дистанции

Подтягивание на турнике

Наклоны вперед

Рывок гири

Сгибание рук в упоре лежа

# Виды испытаний



Плавание

Прыжки в длину с разбега

Прыжки в длину с места

Метание спортивного снаряда

Бег на лыжах

Стрельба из винтовки

Туристический поход



# Я хочу выполнять нормативы ГТО, что я должен для этого сделать?

## Твои 5 шагов до знака



Регистрация  
на сайте gto.ru



Заявка  
на выполнение



Получение  
мед допуска



Тестирование  
знаний и умений



Выполнение  
испытаний

Вручение знака отличия  
в торжественной обстановке





# ТЫ В ГТО, А ЗНАЧИТ — В ТЕМЕ

## ПРИНЦИПЫ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК — ГТО

- добровольность;
- доступность системы подготовки для всех слоев населения;
- медицинский контроль;
- учет местных традиций и особенностей.



# ГТО





Возможно кто-то задаст вопрос: для чего нужно стремиться молодежи 21 века к выполнению нормативов ГТО, к получению знаков отличия?

Ответ на этот вопрос для каждого человека может быть свой. Однако, у всех, кто решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, — целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века.



**Наши мальчишки и девчонки тоже не остаются в стороне все они сдают нормы ГТО**

# Наши дети тоже очень спортивные





# И даже малыши стараются не отставать







Не бойтесь, дети, дождя и стужи,

Чаще ходите на стадион.

И каждый, кто с детства со спортом дружит,

Тот будет ловок, здоров и силен!

Да здравствуют сетки, мячи и ракетки,

Зеленое поле и солнечный свет!

Да здравствует отдых! Борьба и походы!

Да здравствует радость спортивных побед!