

Единый урок ГТО

« Мы выбираем...»



Подготовила:

учитель физической культуры

МОУ Чернореченской ООШ

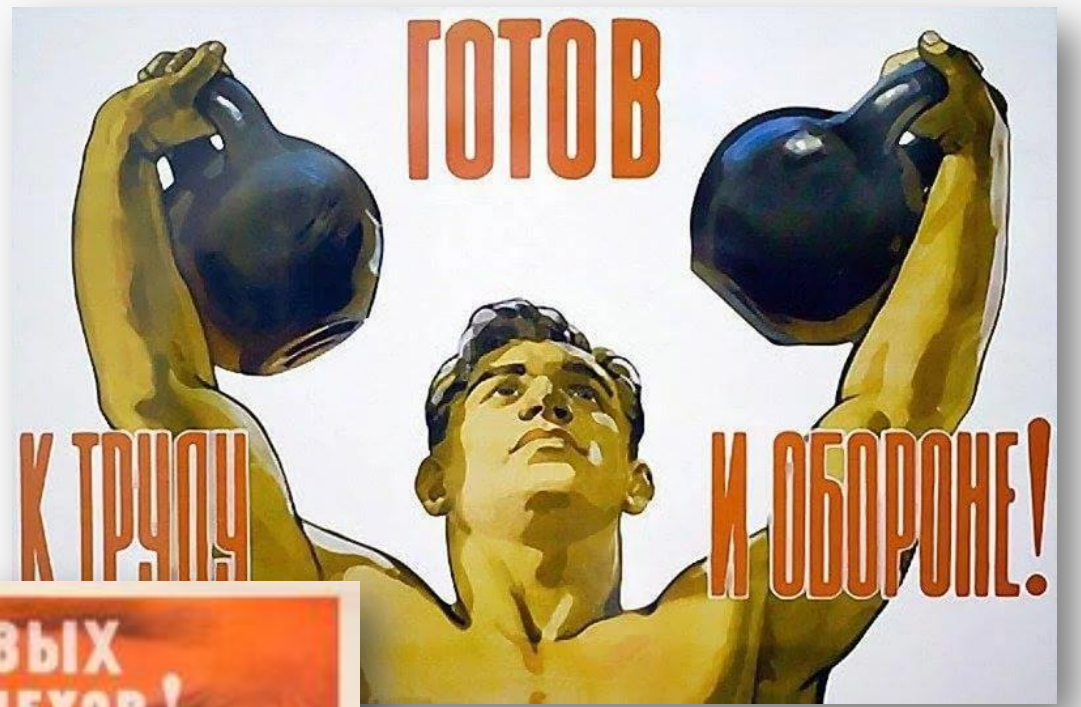
Каширина О.Н.

В спорте нет путей коротких.





**Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»**



Парад физкультурников.



Значки ГТО 1931-1936г.



Яков Федорович Мельни ков



Чемпион России 1915 года Я. Мельников с кубком.



Я. Мельников со своим трофеем после успешного выступления на чемпионате России, 1917 год.



Будь готов к труду и обороне.

— ЗАКАРИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ В ЗАТЕРЯХ НА ПЛОЩАДКАХ, ЗА ГОРОДОМ, ЗАНИМАЙТЕСЬ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, КРЕПЬТЕ СВОИ МЫШЦЫ, СВОЕ ЗДОРОВЬЕ, ЧТОБЫ, ЕЩЕ ДАШЕ УЧИТЬСЯ.

И. К. АКИМ

ОБЩИЕ НОРМЫ

НОРМЫ ПО ВЫБОРУ

Уровень I

Уровень II

Уровень III

Б.Г.Т.О.
ТРУДУ И
ОБОРОНЕ

П. С. АКИМ

УСТАНОВИТЕ СЕБЕ

Возраст	Мужчины		Женщины		Возраст	Мужчины		Женщины	
	Лет	Дней	Лет	Дней		Лет	Дней	Лет	Дней
1. Готовность к выполнению норм, указанных в таблице	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет
	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет
	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет
	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет
2. Пробежки	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет
	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет
	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет
	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет
3. Пробежки	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет
	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет
	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет
	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет
4. Пробежки	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет	10 лет
	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет	11 лет
	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет	12 лет
	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет	13 лет

ПИОНЕР! Будь готов к труду и защите Родины!

Современные знаки отличия.



Современный комплекс ГТО.

- 1 ступень 6-8 лет
- 2 ступень 9-10 лет
- 3 ступень 11-12 лет
- 4 ступень 13-15 лет
- 5 ступень 16-17 лет
- 6 ступень 18-29 лет
- 7 ступень 30-39 лет
- 8 ступень 40-49 лет
- 9 ступень -50-59 лет
- 10 ступень 60-69 лет
- 11 ступень 70 и старше

Виды
испытаний



Министерство по делам
молодежи и спорту

WWW.GTO.RU
Регистрируйся на сайте!



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»