

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ ДЛЯ  
УЧАЩИХСЯ 3-4  
КЛАССОВ  
(II СТУПЕНЬ)  
ГТО**

**ПОДГОТОВИЛА:  
УЧИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
ФИРСОВАС.Н.**

• ГТО ХХІ ВЕК •  
ГОТОВ К ТРУДУ  
И ОБОРОНЕ





# ИЗ ИСТОРИИ ГТО

**«Готов к труду 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.**

**Охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет.**

# ВОЗРОЖДЕНИЕ ГТО



24 марта 2014 года

**В.В. Путин подписал указ о возрождении системы ГТО. По его словам, советское название «Готов к труду и обороне» было сохранено «как дань традициям, нашей национальной истории». В июне 2014 года премьер-министр Дмитрий Медведев подписал постановление, утвердившее положение о ГТО.**



# ДЛЯ ЧЕГО НЕОБХОДИМ

## КОМПЛЕКС ГТО ?

ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА КОМПЛЕКСА ГТО –  
ПРОДВИЖЕНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ;  
УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ РОССИЙСКИХ  
ГРАЖДАН



# ГТО - путь к здоровью

# 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».





# Твои 5 шагов до знака



Регистрация  
на сайте gto.ru

День	Неделя	Месяц
9:00		
10:00		
11:00		
12:00		
13:00		

Заявка  
на выполнение



Получение  
мед допуска

02:00



Тестирование  
знаний и умений



Выполнение  
испытаний

Вручение знака отличия  
в торжественной обстановке



# СТУПЕНИ И НОРМАТИВЫ

## ГТО-2014

- **I ступень:**  
мальчики и девочки 1-2 классов, 7-8 лет;
- **II ступень:**  
мальчики и девочки 3-4 классов, 9-10 лет;
- **III ступень:**  
мальчики и девочки 5-6 классов, 11-12 лет;
- **IV ступень:**  
юноши и девушки 7-9 классов, 13-15 лет;
- **V ступень:**  
юноши и девушки 10-11 классов, 16-17 лет;
- **VI ступень:**  
мужчины и женщины 18-29 лет;
- **VII ступень:**  
мужчины и женщины 30-39 лет;
- **VIII ступень:**  
мужчины и женщины 40-49 лет;
- **IX ступень:**  
мужчины и женщины 50-59 лет;
- **X ступень:**  
мужчины и женщины 60-69 лет;
- **XI ступень:**  
мужчины и женщины 70 лет и старше.



# ВИДЫ ИСПЫТАНИЙ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 3-4 КЛАССОВ

## Обязательные испытания:

Бег на 60 м (сек.)

Бег на 1 км (мин., сек.)

Прыжок в длину с места

толчком двумя ногами (см) или Прыжок в длину с разбега (см)

Подтягивание из виса

на высокой перекладине (кол-во раз) или подтягивание из виса лежа

на низкой перекладине (кол-во раз)

Сгибание и разгибание рук

в упоре лежа на полу (кол-во раз)

Наклон вперед из положения стоя

с прямыми ногами на полу (достать пол)

# **ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ) ПО ВЫБОРУ:**

- **Метание мяча** весом 150 г (м)
- **Бег на лыжах** на 1 км (мин., сек.) или на 2 км (без учета времени)
- или кросс на 2 км по пресеченной местности (для бесснежных районов)
- **Плавание** без учета времени (м)
- **Всего испытаний** - 9.
- На золотой значок нужно пройти - **7** испытаний;
- На серебряный значок – **6** испытаний;
- На бронзовый значок – **5** испытаний.

**При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.**



# ЗНАЧКИ II СТУПЕНИ ДЛЯ МЕДАЛИСТОВ

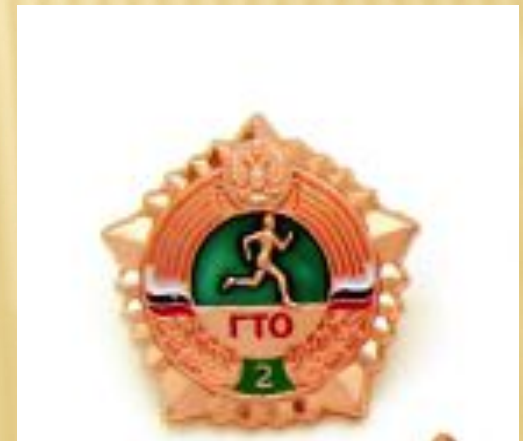
**Золотой значок**



**Серебряный значок**



**Бронзовый значок**





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

**СТАТЬ УЧАСТНИКОМ ДВИЖЕНИЯ!**



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**



**УДАЧНОЙ СДАЧИ ГТО!**