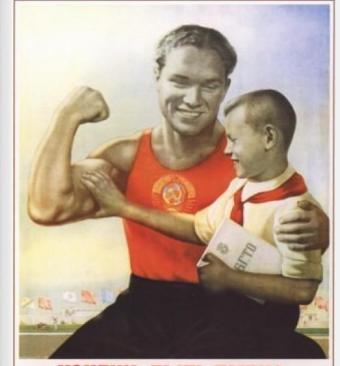
От норм ГТО – K олимписким медалям!

Что такое ГТО?



TPEHNPYNCA!



Общероссийско

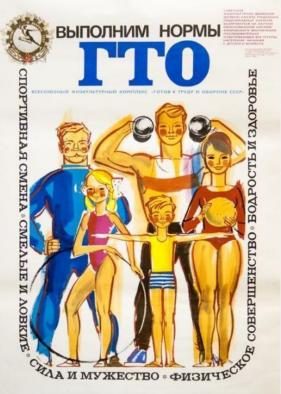
е движение «Готов к труду и обороне» программа физкультурно й подготовки, которая существовала в нашей стране с 1931 года по 1991 год.

Что такое ГТО?



- Охватывала население в возрасте от **10 до 60 лет**.
- Необходимо было сдать определенные нормативы по физ.подготовке.
- 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.





Простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в нормативы ГТО, их очевидная польза для укрепления здоровья сделали его популярным среди











- Сдача нормативов подтверждалась специальными серебряными и золотыми значками ГТО.
- Те, кто сдавал нормативы в течение нескольких лет, получали значок «Почётный значок ГТО».

«От значка ГТО – к олимпийской медали!»



Получение и дальнейшее ношени значка ГТО было почетным, обеспечивало дорогу в большой спорт.

В былые времена его наличие говорило о том, что перед вами человек, который старается быть гармонично развитой личностью

 Так звучал лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия физкультурой, спортом, утренней



ПЛАКАТ ВРЕМЁН СССР

IOHOUIN AEBYUKM!

ВСТУПАЙТЕ в физкультурные коллективы, в спортивные секции,

ЗАНИМАЙТЕСЬ повседневно физической культурой и спортом, СЛАВАЙТЕ НОРИЫ ВЗ ЗНАЧОК ГТО!

Ministry of Party and April 201 Teachers Teach 1800 Ser. 2007-

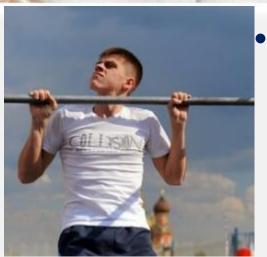






- Во времена обязательных нормативов ГТО граждане СССР претендовали на медали на многих международных соревнованиях, становились рекордсменами почти во всех видах спорта.
- К началу 1976 года свыше 220 миллионов человек имели значки ГТО.





В годы перестройки, после развала Союза, комплекс ГТО был предан забвению, что существенно отразилось на физической подготовке граждан и, в первую очередь,





А что сегодня?

По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране вводится Всероссийский физкультурноспортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.



В.В.Путин предложил воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами.





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.

Нормативы, рекомендованные для современных школьников 10-11 лет (5 класс).

Виды упражнений	Мальчики			Девочки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 30 м	5,3	5,5	6,2	5,4	5,6	6,3
Прыжок в длину	310	300	260	300	260	220
Прыжок в высоту	105	100	90	100	90	80
Метание мяча	34	27	20	21	17	14
Подтягивание на перекладине	6	4	3	-21	<u>s</u>	-



• Выполнившие нормативы комплекса будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия, а также получат массовые спортивные разряды и звания.

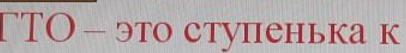


 Обладание такими знаками отличия даст бонусы при поступлении в высшие учебные заведения. Каждая ступень

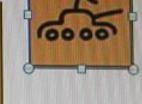


















Оудущей

олимпийской

победе







Сдать ГТО совсем непросто, Ты ловким, сильным должен быть,

Чтоб нормативы победить, Значок в итоге получить. Пройдя же все ступени вверх

Ты будешь верить в свой успех.

И олимпийцем можешь стать,

Медали точно получать.

Вперёд, к победам!



Викторина о спорте.

- 1. Как называются соревнования велосипедистов и лыжников?
- 2. Как называются соревнования, куда входят лыжные гонки со стрельбой на огневом рубеже?
- 3. Через сколько лет проводятся чемпионаты мира по футболу?
- 4. Как называется покров футбольного поля?
- 5. Какой мяч тяжелее: футбольный, волейбольный, гандбольный или баскетбольный?
- 6. Сколько человек входит в состав судейской коллегии?
- 7. Наказание в спортивных играх.
- 8. Палка для игры в городки.
- 9. Чем являются слова "Быстрее, выше, сильнее?"

- Гонка
- Биатлон
- 4 года
- Газон
- Баскетбольный
- 3
- Удаление
- Бита
- Девизом
 Олимпийских
 игр
- Рекорд

10 то стремится установить спортсмен?

- 11. Спортивный переходящий приз.
- 12. В какой игре используется клюшка и шайба?
- 13. Теннисная площадка.
- 14. Хоккей шайба, футбол мяч, бадминтон-...
- 15. Она является залогом здоровья
- 16. Лучшая тяжесть для любителей утренней зарядки
- 17. Специалист по поднятию тяжестей
- 18. Ледовая площадка
- 19. Сколько игроков в футбольной команде?
- 20.Какой вид спорта самый многочисленный?

- Кубок
- Хоккей
- Корт
- Волан
- Чистота
- Гантели
- Штангист
- Каток
- 11
- Волейбол

- 21.Начало пути к финишу.
- 22. Чего не надо, если есть сила?
- 23. Инструмент спортивного судьи.
- 24. Боксерский корт.
- 25.Спортивный снаряд, который перетягивают.
- 26. "Бородатый" спортивный снаряд.
- 27. Танцор на льду.
- 28. Спортсмен, который ходит сидя.
- 29. Предки кроссовок.
- 30. Её должен взять прыгун.

- Старт
- Ума
- Свисток
- Ринг
- Канат
- Козёл
- Фигурист
- Шахматист
- Кеды
- Высоту

- 31.Как часто проводятся Олимпийские игры?
- 32.Назовите 5 спортивных терминов, начинающихся с буквы «С»?
- 33.Что означает переплетение разноцветных колец в эмблеме олимпийских игр?(Символ дружбы пяти континентов).
- 34. Страна зимних олимпийских игр 2014?

- 1 раз в четыре года
- Стадион, сетка, секундомер, спартакиада, спринт
- Символ дружбы пяти континентов

• Россия

