

Что такое ГТО?

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.

Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющего о вводе в действие комплекса с 1 сентября 2014 года.



Внедрение комплекса «ГТО» преследует следующие задачи:

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;
- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в

образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.

1. Мальчики и девочки от 6 до 8 лет.
2. То же от 9 до 10 лет.
3. То же от 11 до 12 лет.
4. Юноши и девушки от 13 до 15 лет.
5. То же от 16 до 17 лет.
6. Мужчины и женщины от 18 до 29 лет.
7. То же от 30 до 39 лет.
8. То же от 40 до 49 лет.
9. То же от 50 до 59 лет.
10. То же от 60 до 69 лет.
11. То же старше 70 лет.



Учащиеся нашей школы ежегодно участвуют в сдаче норм ГТО и выполняют нормативы на золотой, серебряный и бронзовый знак:

<i>Учебный год</i>	<i>золото</i>	<i>серебро</i>	<i>бронза</i>
2016-17 уч.г.	15 чел.	3 чел.	3 чел.
2017-18 уч.г.	22	9	1

2018-19 уч.г.	9	1	----
2019-20 уч.г.	24	3	----

Кроме учеников сдали и выполнили нормативы ГТО на золотой знак учителя физической культуры:

Стальнов Д.А -7 ступень

Парамонова Е.В. – 8 ступень

Устинов С.А. -8 ступень



Инструкция как можно сдать нормативы ГТО и получить знак:

- 1.Зарегистрироваться на сайте ГТО (получить ИД номер).
- 2.Сдать нормативы ГТО в соответствии своей возрастной группе (1, 2,3,4,5 ступень).
3. Сдача норм ГТО по графику (информация у учителей физической культуры.)
4. Место проведения : стадион «Текстильщик», городской тир, СОК «Чемпион», лыжная база у. Муромская.
5. Смотри таблицу нормативов (приложение).