



Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

**Лектор: Баянкин Олег Васильевич,
к.п.н., доцент кафедры
теоретических основ физического
воспитания АлтГПУ**



История создания ГТО

В 1931 г. была введена сдача норм ГТО I ступени

С января 1933 г. введена сдача норм ГТО II ступени

В 1934 г. введен комплекс БГТО (Будь готов к труду и обороне)

С 1 сентября 2014 года Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года №172 введен в действие «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Цель ВФСК ГТО

Повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения

Задачи ВФСК ГТО

- ◆ 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.

Принципы ВФСК ГТО:

✓ **добровольность и доступность**

✓ **оздоровительное и личное ориентирование направление**

✓ **обязательность медицинского контроля**

✓ **учет региональных особенностей и национальных традиций**



Обязательные испытания (тесты):

- **определение уровня развития скоростных возможностей;**
- **определение уровня развития выносливости;**
- **определение уровня развития силы;**
- **определение уровня развития гибкости.**

Виды испытаний (тесты)

Испытания (тесты) по выбору:

- **определение уровня развития скоростно-силовых возможностей;**
- **определение уровня развития координационных способностей;**
- **определение уровня овладения прикладными навыками.**

Структура комплекса ГТО

Нормативно-тестирующая – общая оценка уровня физической подготовленности населения на основании результатов выполнения установленных нормативов с последующим награждением знаками отличия Комплекса



Спортивная - привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом с учетом возрастных групп населения с целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов