

ГТО **ГОТОВ К ТРУДУ И** **ОБОРОНЕ**

ГБОУ СО пос.Черновский
с\п Детский сад
«Кораблик»
Подготовил: инструктор по
ф\к :Карпов А.Г

Что такое ГТО?

Всероссийский физкультурно спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — это нормативная основа физического воспитания населения страны.



Новый комплекс ГТО

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



Для чего хотят воссоздать систему ГТО?

В марте этого 2013 года на совещании по развитию детско-юношеского спорта Президент РФ Владимир Путин подписал указ о возвращении Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне». Согласно приказу, внедрение нормативов ГТО должно быть произведено с 1 сентября 2014 года. Планируется, что интеграция будет проходить до января 2017 года.



УКАЗ

ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)

В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, постановляю:

1. Ввести в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – программную и нормативную основу физического воспитания населения.
2. Правительству Российской Федерации:
 - а) утвердить до 15 июня 2014 г. положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);
 - б) начиная с 2015 года представлять Президенту Российской Федерации ежегодно, до 1 мая, доклад о состоянии физической подготовленности населения.
3. Правительству Российской Федерации совместно с органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации:
 - а) разработать и утвердить до 30 июня 2014 г. план мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), а также принять меры по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований.

Знак ГТО

Сдача нормативов подтверждалась особыми значками. Чтобы получить такой значок, нужно было выполнить заданный набор требований.

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком



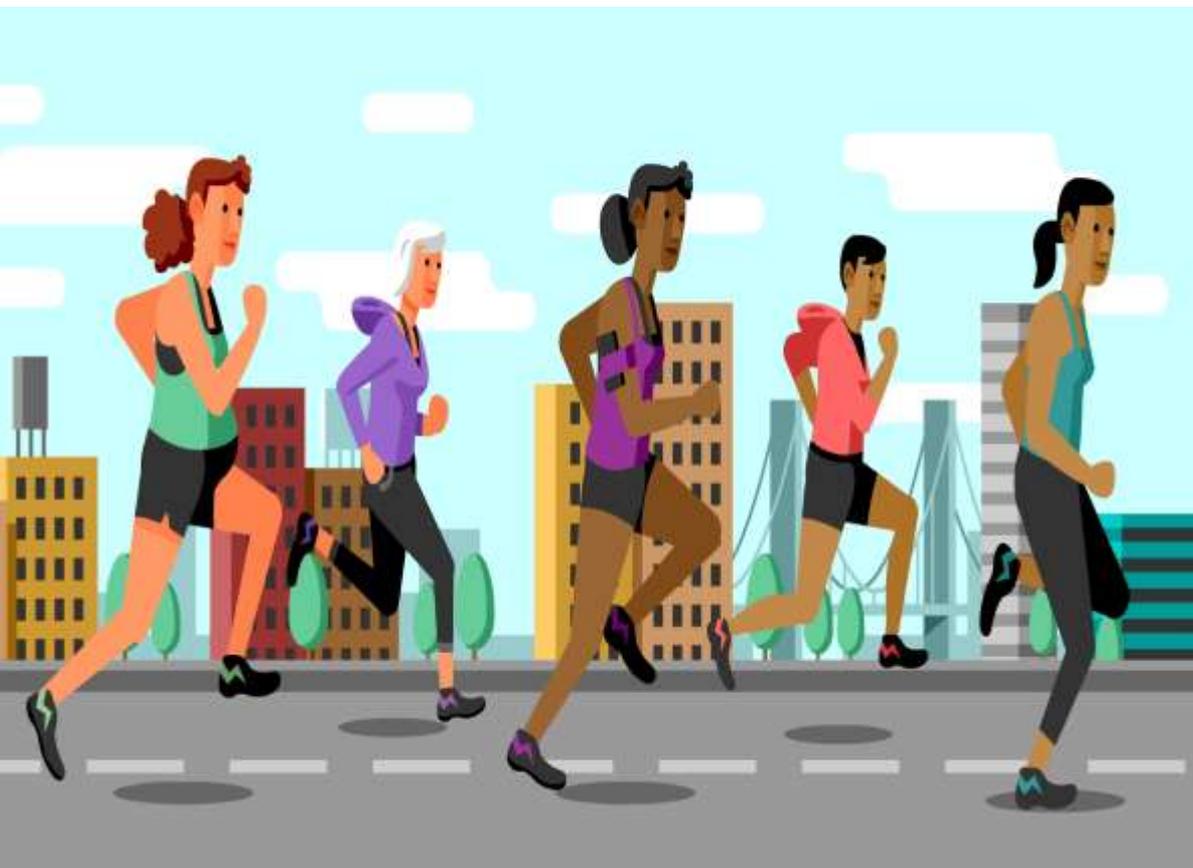
Ступени ГТО

При сдаче норм ГТО существует несколько ступеней:

I ступень – 6-8 лет



Норматив ГТО «бег на короткие дистанции»



Норматив ГТО «подтягивание на перекладине»

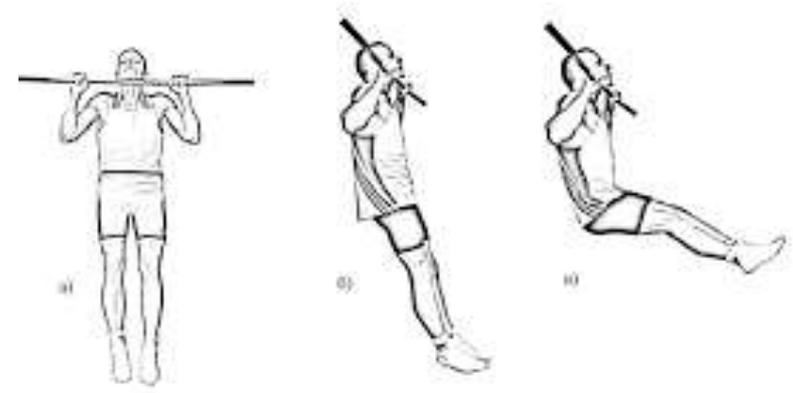
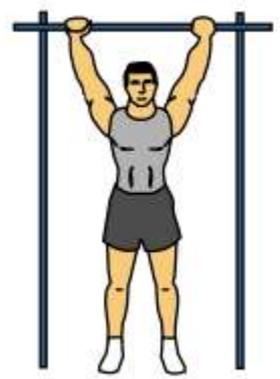


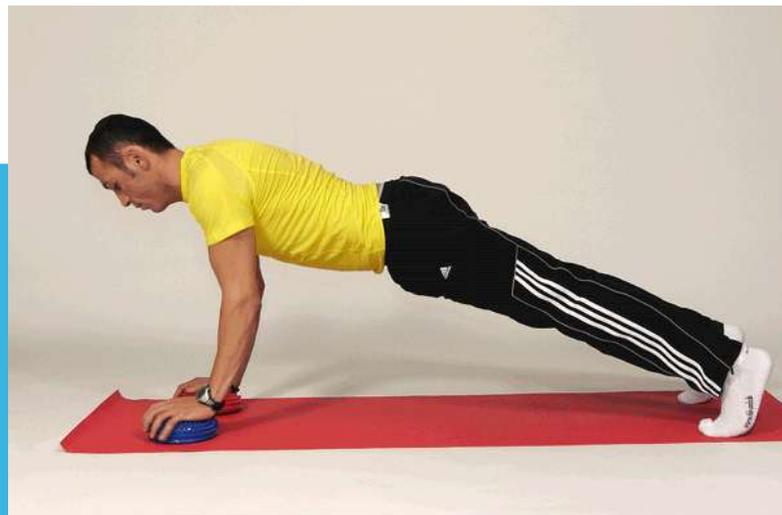
Рисунок 3.
Фаза виса на согнутых руках. а - вид спереди
б - вид сбоку, ноги выпрямлены
в - вид сбоку, ноги согнуты по отношению к туловищу.

Норматив ГТО «подтягивание на перекладине»

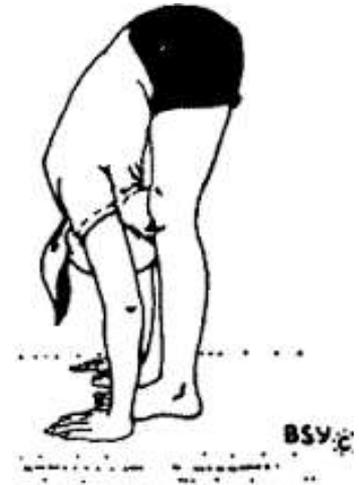
Подтягивание на низкой перекладине:



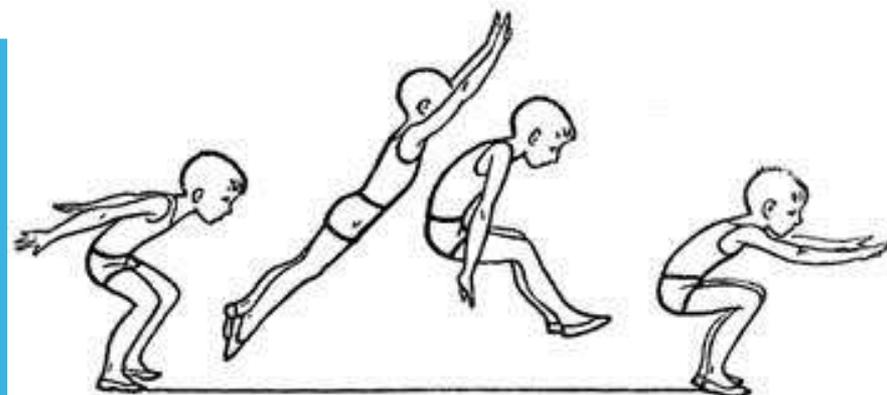
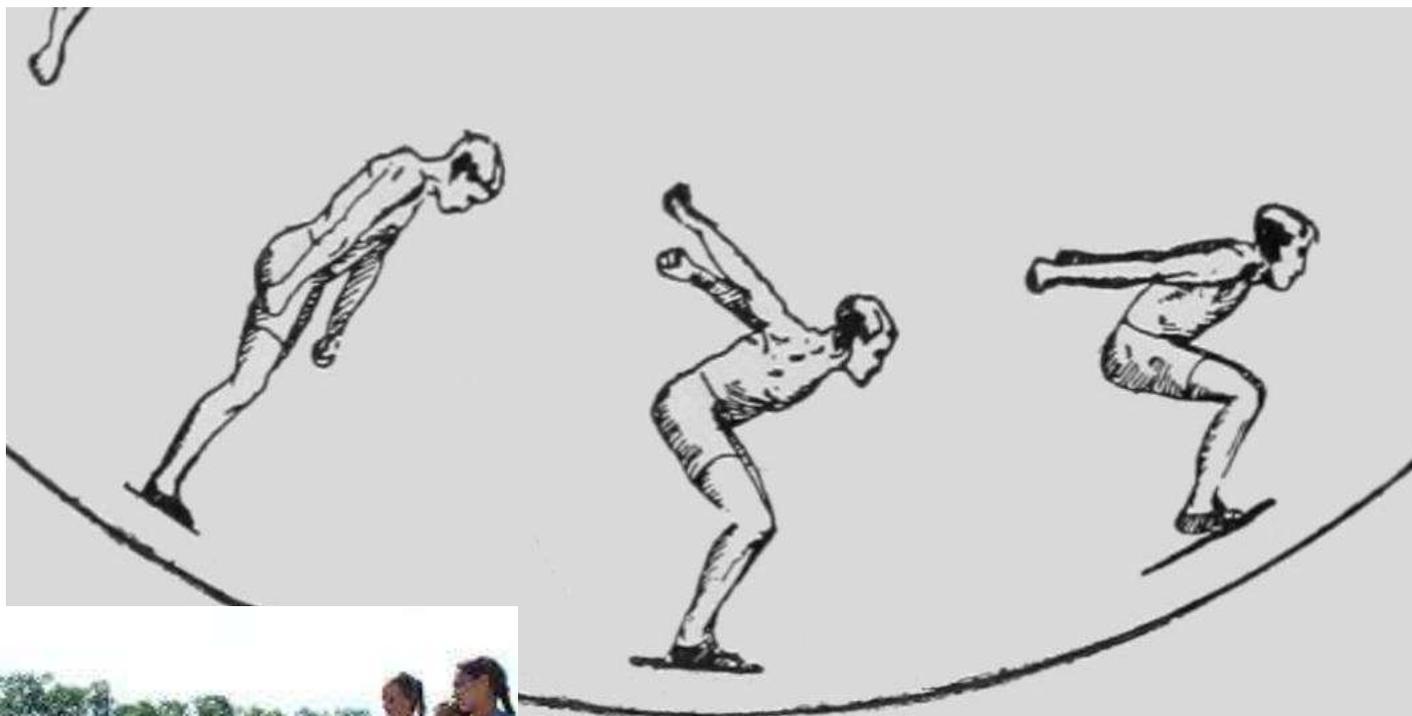
НОРМАТИВ ГТО « ОТЖИМАНИЕ »



Норматив ГТО «Наклоны вперёд»



Норматив ГТО «прыжки в длину с места»



Норматив ГТО «метание мяча»

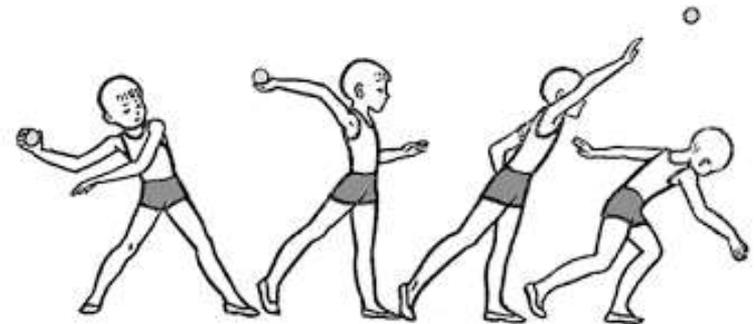
Держание мяча: указательный, средний, безымянный пальцы размещены сзади мяча, а большой и мизинец поддерживают мяч сбоку. Рука, удерживающая снаряд, не напряжена.

Техника метания мяча состоит из:

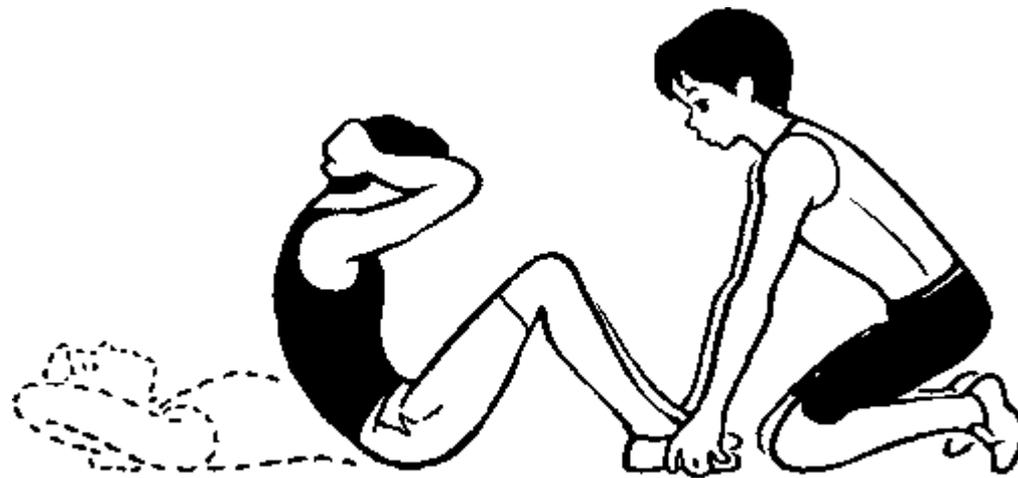
Держание мяча

Замаха

Броска

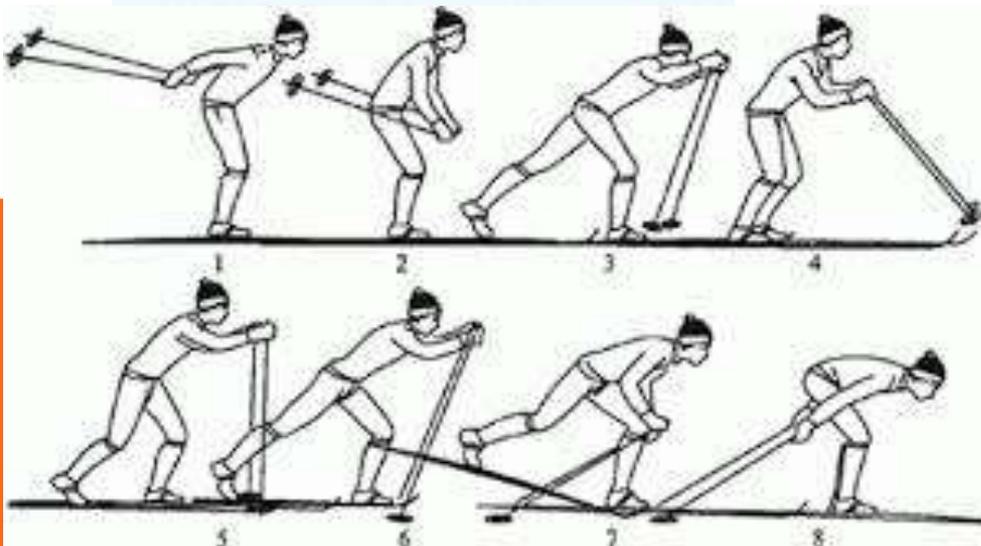


НОРМАТИВ ГТО « ПОДНИМАНИЕ ТУЛОВИЩА ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ ЛЕЖА НА СПИНЕ»



Норматив ГТО «лыжные гонки»

Классический стиль – лыжи перемещаются параллельно относительно друг друга



Норматив ГТО

«плавание»



От значков к олимпийским медалям

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.



Быстрее, выше, сильнее

Вперёд и только вперёд.

Спортивный дух России

Пусть в каждой школе живёт!

Если вышел ты на старт,

Позови с собой друзей.

Нормативы ГТО сдавать

Вместе веселей.



Спасибо за
внимание!!!

