

1. **Идея создания единой системы физической подготовки** зародилась в конце 1920-х годов, когда советское руководство осознало необходимость укрепления здоровья и физической выносливости населения.
2. **24 мая 1930 года** в газете «Комсомольская правда» было напечатано обращение, в котором предлагалось установить всесоюзные испытания на право получения значка «Готов к труду и обороне».
3. **Инициатива получила признание в широких кругах общественности**, и по поручению Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО.
4. **11 марта 1931 года** комплекс ГТО стал нормативной основой системы физического воспитания для всей страны.
5. **Первоначально к испытаниям допускались только мужчины от 18 лет и женщины от 17 лет.** Была утверждена только одна, I ступень ГТО, включавшая 21 испытание.
6. **В 1932 году** был утверждён комплекс II ступени, в который вошли 25 испытаний для мужчин и 21 — для женщин.

7. **В 1934 году** начала работать система испытаний для школьников младших и средних классов, получившая название БГТО («Будь готов к труду и обороне»).
8. **Система нормативов ГТО фактически прекратила существование в 1991 году**, с распадом СССР.
9. **Возрождение комплекса ГТО** произошло в марте 2014 года, когда вышел соответствующий указ Президента РФ.



Интересные факты из истории ГТО

1. Первый значок ГТО СССР был изготовлен из сплава меди и латуни, а в качестве покрытия использовались горячие эмали. В дальнейшем знаки ГТО делать из алюминия, а в качестве покрытия использовать холодные эмали. В это же время их начали выпускать массово.

2. Примечательно, что первый проект значка был разработан не каким-то ведущим конструктором или дизайнером, а простым школьником. Правда, впоследствии к разработке был привлечен популярный художник Ягужинский.
3. Самый первый знак Готов к труду и обороне первой ступени получил Яков Мельников, неоднократный чемпион по конькобежному спорту. Всего в 1931 году было награждено 24 тысячи участников со всей страны.
4. К началу Великой Отечественной войны подготовка в рамках ГТО была пройдена преобладающим большинством военнослужащих авиации и сухопутных войск. Многие герои ВОВ имели значок отличия ГТО в СССР.
5. В 1931 году было награждено около 24 тысяч участников со всего СССР.
6. История комплекса ГТО насчитывает множество изменений нормативной части, которые начались еще с конца 30-х годов



История ГТО



Что такое ГТО? - программа физкультурной подготовки, которая существовала в нашей стране с 1931 года по 1991 год.

Г – готов к
Т – труду
О – обороне



Первая ступень

(возрастная группа от 6 до 7 лет)

Обязательные испытания (тесты)

1. Бег 10 м (с) **или** Бег 30 м (с)
2. Шестиминутный бег (м) **или** Ходьба на лыжах (м) **или** Смешанное передвижение по пересеченной местности (м)
3. Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу (см) **или**

Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 с) **или**

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)

4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)

Испытания (тесты) на выбор

1. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м (количество попаданий)
Или Челночный бег 3x10 м (с)
2. Плавание

Для получения знака комплекса необходимо выполнить 5 испытаний (тестов)

Более подробная информация

Т. 46-09-46, 47-02-81, 47-05-24

Муниципальный центр тестирования ВФСК ГТО

Знак отличия комплекса ГТО — награда, вручаемая участникам за успешное выполнение нормативов испытаний



Золотой знак отличия



Серебряный знак отличия



Бронзовый знак отличия



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!

