

Историческая справка

«Нормы ГТО – это нормы жизни!» – так звучал лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия физкультурой и спортом. Советское движение «Готов к труду и обороне» — программа физкультурной подготовки, которая существовала в нашей стране с 1931 по 1991 год и охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет.

В 1934 году для школьников были разработаны нормативы БГТО – «Будь готов к труду и обороне», которые стали базовой ступенью комплекса. Помимо чисто спортивных зачетов учащиеся должны были иметь знания по оказанию первой помощи, уметь проводить занятия по физкультуре и судить определенные виды спорта.

С распадом Советского Союза комплекс ГТО прекратил свое существование.

Возрождение норм ГТО

4 марта 2014 года вышел Указ Президента Российской Федерации о введении в действие с 1 сентября 2014 г. в нашей стране Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Аббревиатура ГТО расшифровывается следующим образом – «Готов к труду и обороне», но в народе ходит и другая расшифровка – «Горжусь тобой, Отечество!».

Комплекс ГТО состоял из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами населения от 6 до 70 лет и старше и нормативов по 3 уровням трудности, соответствующих **золотому, серебряному и бронзовому знакам**. С 23 марта 2023 года количество ступеней увеличилось до 18.



Виды нормативов и испытаний (тестов), входящие в состав ВФСК ГТО, направлены на определение уровня развития физических качеств человека: выносливости, силы, гибкости и его скоростных возможностей.

Целью ВФСК ГТО является укрепление здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма.

Задачами ВФСК ГТО являются:

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическое самосовершенствование и ведение 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 внедрения ВФСК ГТО

- добровольность и доступность;
- оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- обязательность медицинского контроля;
- учет региональных особенностей и национальных традиций.

Зачем детям сдавать нормы ГТО?

В период детства происходят важные процессы становления личности ребёнка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физической культуры и спортом. К сожалению, современные дети много времени проводят у экранов телевизоров и компьютеров, что негативно сказывается на их двигательной активности. Снижение двигательной активности является одним из факторов риска здоровья ребёнка. Конечно, ребёнок не в состоянии осознать проблему и выбрать программу действий. Это задача взрослых, прежде всего родителей и педагогов, способных повысить эффективность использования возможностей двигательной активности в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности дошкольника.

Впервые в истории Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО нормативы I ступени определены для детей 6-8 лет. Это значит, что и дошкольники могут принять участие в выполнении нормативов ГТО.



Организация тестирования

Лицо, желающее пройти тестирование (далее - участник), регистрируется в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на Всероссийском портале комплекса по адресу www.gto.ru (далее - портал). Детей регистрируют только родители (законные представители).

1. При регистрации создается личный кабинет участника, в котором указываются:

фамилия, имя, отчество; пол; дата рождения; адрес места жительства; адрес электронной почты, мобильный телефон; информация об образовании и (или) трудоустройстве (место работы); спортивное звание (при наличии); почетное спортивное звание (при наличии); спортивный разряд с указанием вида спорта, но не ниже «второго юношеского спортивного разряда» (при наличии).

2. Загружается личная фотография в электронном виде в формате «jpeg» с соотношением сторон 3х4 на светлом фоне.

3. При регистрации участник принимает условия пользовательского соглашения, представленного на портале, тем самым давая согласие на обработку персональных данных в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области персональных данных.

4. Допускается регистрация участника при личном обращении в центр тестирования. Регистрация в этом случае осуществляется при содействии сотрудника центра тестирования при предъявлении документа, удостоверяющего личность (для лиц, не достигших четырнадцати лет - свидетельства о рождении, либо его копии).

5. Регистрация завершается присвоением участнику уникального идентификационного номера (далее - УИН), состоящего из 11 цифр.

6. После регистрации участник:

- выбирает центр тестирования из предложенного списка на портале;

- направляет в выбранный центр тестирования заявку на прохождение тестирования.

7. Центр тестирования принимает заявки и формирует единый список участников.

8. График проведения тестирования с указанием места тестирования, составляется центром тестирования и размещается на портале.

9. Условиями допуска участника к прохождению тестирования являются:

- наличие заявки на прохождение тестирования;
- правильность заполнения персональных данных участника, указанных при регистрации на портале;
- соответствие фотографии участника, загруженной при регистрации;

- предъявление документа, удостоверяющего личность (для лиц, не достигших четырнадцати лет - свидетельства о рождении, либо его копии);

- предъявление медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом, выданного по результатам медицинского осмотра

- согласие законного представителя несовершеннолетнего участника на прохождение тестирования.

10. Выполнять нормативы ГТО в рамках одной возрастной группы в ступени комплекса можно в течение одного учебного года — для школьников (с июля по июнь следующего года); одного календарного года — для трудоспособного населения (с января по декабрь).

11. Согласно методическим рекомендациям, опубликованным на сайте GTO.ru, в один день возможно выполнить три-четыре вида нормативов испытаний (тестов). Помните, что, в первую очередь, Вы сами должны быть заинтересованы в успешном выполнении нормативов испытаний (тестов), чтобы показать лучший результат.

12. В случае если участник не выполнил нормативы комплекса, он имеет право пройти повторное тестирование, график которого определяется центром тестирования, но не более трёх раз в отчетный период для соответствующего знака отличия.

Дорогие родители,

надеюсь, что вместе с детьми вы будете принимать активное участие во всех мероприятиях, сдадите нормы ГТО, получите значки и будете здоровыми, успешными гражданами нашей страны.



Что такое ГТО?

