



## История комплекса ГТО

Первой попыткой использования двигательных тестов для определения уровня физической подготовленности различных групп населения нашей страны было введение в 1931г. Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР».

Становление комплекса ГТО происходило в период 1931-1934 гг. Вначале вводится I ступень, состоящая из 21 испытания, 13 из которых имели конкретные нормативы. В 1932 году разрабатывается II ступень – 24 вида испытаний, 19 из них – определенные нормативы. Специально для школьников комплекс ГТО был дополнен ступенью «Будь готов к труду и обороне» (БГТО).

Ступень БГТО содержала 13 нормативов и 3 требования по оценке физической подготовленности для школьников 13-14 и 15-16 лет. Значкист БГТО должен был успешно учиться, активно заниматься физической культурой, уметь провести физкультурное занятие с группой товарищей, знать правила и уметь судить спортивную игру по выбору. Утверждением ступени БГТО было завершено создание первого варианта комплекса ГТО для возрастов 13-35 лет.

В 1939г. разработан новый более прогрессивный комплекс БГТО и ГТО с меньшим количеством норм, сочетающий обязательные нормы с нормами по выбору физкультурника, что способствовало развитию спортивной специализации. В новых



нормах было 2 ступени («сдано» и «отлично»). Степень ГТО «отлично» для норм по выбору соответствовала 3-му спортивному разряду.

В годы второй мировой войны миллионы подготовленных комплексом ГТО физкультурников в кратчайшие сроки стали высококвалифицированными воинами.

Многолетний перерыв в развитии норм ГТО, обусловленный войной и ликвидацией послевоенной разрухи, привел к необходимости совершенствования системы физической культуры в стране.

В 1972 году был введен новый комплекс ГТО, который был направлен на профилактику профессиональных заболеваний, укрепление трудовой дисциплины. С этой целью было запланировано массовое строительство спортивной инфраструктуры, внедрение в учебные программы образовательных учреждений новых норм ГТО, введена система морального стимулирования за подготовку значкистов ГТО. Сдача нормативов ГТО для молодежи призывного и допризывного возраста являлась обязательной, для остальных возрастных категорий добровольной.

По структуре новый комплекс включал 2 ступени БГТО (1-я ступень для учащихся младших классов, 2-я – для 4-8 классов), 2 ступени ГТО (1-я для молодежи от 9 класса до 18 лет, 2-я – от 18 до 27 лет) и добровольный многоборный комплекс ГТО для возраста от 10 до 60 лет.

Нормативы БГТО и ГТО 1-ой и 2-ой ступени разделялись для мальчиков и девочек на зимнее троеборье и летнее многоборье (юношей и девушек, мужчин и женщин), а также по требованиям для награждения золотым или серебряным значком БГТО или ГТО.

Распад СССР и переход Российской Федерации на рыночные условия повлекли изменения всех сторон жизни страны, в т.ч. развития физкультуры и спорта. В советское время в некоторых видах спорта Россия успешно соревновалась с лидерами



профессионального западного спорта (хоккей, футбол, фигурное катание, тяжелая атлетика, гимнастика и др.). Другие виды спорта (профессиональный бокс, борьба без правил) в СССР вообще не культивировались. К сожалению, совместно с отставанием в некоторых сферах от рыночных стран ликвидировались и те сферы, в которых СССР значительно опережал эти страны. Полувековая история развития комплекса ГТО попала в число этих необдуманно ликвидированных сфер.

Разработанные в 2014 году Правительством Российской Федерации документы учли полувековой опыт развития комплекса ГТО в СССР и внесли в него существенные коррективы в соответствии с современными достижениями физкультуры и спорта, их влияния на физическое состояние человека.

В 2014 году принят новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), призванный стать системообразующим элементом физического воспитания граждан, для решения задач, связанных с повышением вклада физической культуры и спорта в социально-экономическое развитие страны посредством увеличения числа граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни.

**Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.**

**Цель комплекса ГТО** – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

**Задача** – массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.



**Принципы** – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

**Содержание комплекса** – нормативы ГТО и спортивных разрядов, система тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп.

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения.

### **Ступени комплекса ГТО 2014 года:**

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

Нормативы ГТО охватывают 40 видов тестов, но в каждой из 11 ступеней достаточным для получения определенного знака является выполнение 3-8 тестов с правом выбора варианта теста. Для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.



## **Этапы внедрения комплекса ГТО Организационно-экспериментальный этап (до 01 сентября 2014г.)**

Проводится практическое исследование видов испытаний и нормативов, определяющих уровень физической подготовленности обучающихся образовательных организаций в 12 субъектах Российской Федерации, формирование нормативной правовой базы введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, информационно-технологическое обеспечение.

### **Апробационный этап (сентябрь 2014г. – август 2015г.)**

Апробируются различные модели введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО на федеральном, региональном и муниципальном уровнях, обеспечивается дальнейшее введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО среди образовательных организаций, а также по месту работы граждан.

### **Внедренческий этап (сентябрь 2015г. – декабрь 2016г.)**

Осуществляется введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО во все образовательные организации и продолжается его апробация среди трудящихся и лиц пожилого возраста.

### **Реализационный этап (с января 2017г.)**

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» вводится среди различных возрастных категорий населения страны.





## Правительственные документы по ГТО

- Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014г. «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;
- Проект постановления «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;
- Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

### Знаки ГТО

