

## Дисциплины ГТО:

### Обязательные испытания (тесты)

- Челночный бег 3x10 м (сек.)
- Смешанное передвижение (1 км)
- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
- Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)

### Испытания (тесты) по выбору

- Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)
- Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)
- Плавание без учета времени (м)

Более подробную информацию вы можете найти по следующему адресу:

<http://www.gto-normy.ru>

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 40  
г. Белгорода

## ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС "ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ" (ГТО)"



## **ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС "ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ" (ГТО)"**

"Готов к труду и обороне СССР" (ГТО) — всесоюзный физкультурный комплекс, составлявший основу государственной системы физического воспитания и направленный на укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие советских людей, подготовку их к трудовой деятельности и защите Родины. Он являлся основой программ по физическому воспитанию во всех учебных заведениях и спортивных секциях страны.

В 2014 г. Правительство РФ разработало и приняло ряд документов, направленных на воссоздание комплекса ГТО: Постановление Правительства РФ № 540, Положение о ГТО, Указ Президента о ГТО.

### **• Поступление в ВУЗы**

Поступающие на обучение по образовательным программам высшего образования вправе представлять сведения о своих индивидуальных достижениях по физической культуре и спорту, наличии знаков отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), которые учитываются образовательными организациями при приеме в соответствии с Порядком приема граждан на обучение по программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры.

### **• ГТО и стипендии**

Студентам, обучающимся в образовательных организациях высшего образования и имеющим золотой знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), предоставляется возможность установления повышенной государственной академической стипендии и других мер поощрения в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования.

**Выполнение норм ВФСК ГТО предполагает получение отличительных знаков трех уровней:**

- бронзовый значок
- серебряный значок
- золотой значок

### **II ступеней комплекса ГТО**

I ступень: 1 – 2 классы (6 – 8 лет);

II ступень: 3 – 4 классы (9 – 10 лет);

III ступень: 5 – 6 классы (11 – 12 лет);

IV ступень: 7 – 9 классы (13 – 15 лет);

V ступень: 10 – 11 классы, среднее профессиональное образование (16 – 17 лет);

VI ступень: 18 – 29 лет;

VII ступень: 30 – 39 лет;

VIII ступень: 40 – 49 лет;

IX ступень: 50 – 59 лет;

X ступень: 60 – 69 лет;

XI ступень: 70 лет и старше