



Внимание! Внимание! Внимание!

Ребята, желающие сдать комплекс ГТО должны:

- 1.Зарегистрироваться на сайте ВФСК ГТО www.gto.ru (участие родителей в регистрации обязательно)
- 2.Сообщить учителям физической культуры о регистрации для сдачи нормативов комплекса ГТО (пункт 2 без регистрации не осуществляется)

Всю информацию можно узнать на сайтах:

ВФСК ГТО www.gto.ru

[Пошаговая инструкция для выполнения гражданином нормативов, входящих в ВФСК ГТО](#)

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.

В этих документах определены цели, задачи, принципы, содержание, структура и методика внедрения комплекса ГТО.

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 для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.



Памятки:

[1 ступень — Нормы ГТО для школьников 6-8 лет](#)

[2 ступень — Нормы ГТО для школьников 9-10 лет](#)

[3 ступень — Нормы ГТО для школьников 11-12 лет](#)

[4 ступень — Нормы ГТО для школьников 13-15 лет](#)

[5 ступень — Нормы ГТО для школьников 16-17 лет](#)



Нормы ГТО для школьников:

- [1 ступень - для школьников 6-8 лет](#) (загрузить в формате doc)
- [2 ступень - для школьников 9-10 лет](#) (загрузить в формате doc)
- [3 ступень - для школьников 11-12 лет](#) (загрузить в формате doc)
- [4 ступень - для школьников 13-15 лет](#) (загрузить в формате doc)
- [5 ступень - для школьников 16-17 лет](#) (загрузить в формате doc)