**Информация для родителей, обучающихся о порядке и нормах сдачи ГТО**

**Готовимся к труду и обороне ...ГТО в школе**

Начиная с 2014 года среди «самых смелых и ловких» началось внедрение тестирования физподготовки под аббревиатурой ГТО.  Что такое ГТО и зачем оно вообще? Итак, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», а именно так он называется сегодня, своими корнями уходит аж к 1931 году. И началась повсеместная физподготовка сотен миллионов советских граждан, больше половины из которых смогла похвастаться званием «значкиста ГТО». Стоит отметить, что первоначально претендентами на получение значка ГТО стали мужчины от 18 и женщины от 17 с удовлетворительным состоянием здоровья, которое определял врач. Они должны были выполнить 21 испытание, в том числе бег, прыжки в высоту и длину, метание, подтягивание, плавание, езду на велосипеде, управление техникой, лыжи, верховую езду и даже греблю. Так что просто так всем желающим значки «Готов к труду и обороне» не раздавали. Присутствовала и теория по военному делу и истории, основам физкультразвития и оказания медпомощи.Существовала градация нормативов. Как сдал комплекс, такой значок и получил. Были золотые, серебряные и бронзовые. Первые знаки отличия отливали из бронзы, меди и латуни, а сверху покрывали эмалью,за основу значка был взят проект, предложенный 15-летним учеником. Комплекс ГТО «советского образца» закрепился в 1972-м и разделил всех претендентов согласно возрасту: 1-я ступень предназначалась для 10-13-летних, назывались они «Смелые и ловкие», 2-я ступень охватывала возрастную категорию от 14 до 15, это была «Спортивная смена», 3-я ступень под названием «Сила и мужество» включала достигших 16-18 лет, 4-я ступень включала взрослые категории: мужскую 19-39 и женскую 19-34, назывались они «Физическое совершенство», в 5-ю ступень под именем «Бодрость и здоровье» входили мужчины 40-60 и женщины 35-55. К 1981-му ввели ступень и для самых маленьких (от 7 до 9), называемую «К стартам готов». По группам «здоровья» разнились и нормативы. Но нужно отметить, что всем «бодрым и здоровым», сдавшим комплекс 5-ой ступени, вручался престижный золотой значок. Во-вторых, значок ГТО становится пропуском в колонны широкомасштабных праздничных мероприятий и давал приоритет при поступлении в учебные заведения. В марте 2014 года  появился Указ Президента России, послуживший началу разработки положения, регулирующего современный комплекс «Готов к труду и обороне». Потом уже последовала законодательная нормативная база, регламентирующая аттестацию на физкультподготовку. На втором этапе внедрения с 2016 года школы начали апробировать комплекс ГТО, начиная с возраста 6 лет. Ограничением по возрасту стал предел в 29, остальные могли принять участие без учёта результатов. Сегодня на сдачу нормативов ГТО могут претендовать все желающие по всем ступеням.Введённый с 1 сентября 2014 комплекс ГТО охватывает категорию от 6 до 70 и старше включает в себя тестирование физического развития и умений: 1-я ступень предназначена для детей 6-8 лет, охватывает дошкольников и учеников в начальной школе, нормы включают силовые упражнения (подтягивания, выжимания, прыжки в длину), тесты на скорость (бег, лыжи), задания на гибкость и выносливость (наклоны, длинные дистанции), присутствуют задания на попадание в цель и плавание без учёта времени, 2-я ступень для учеников в начальной школе от 9 до 10 отличается от первоначальной интенсивностью и более длинными дистанциями при сокращённом времени, 3-я детская ступень охватывает возраст 11-12 лет и разбавлена туристическим походом и стрельбой, то есть уже делается упор на готовность к обороне. 4-я ступень для возраста 13-15 наращивает в заданиях интенсивность их выполнения по сравнению с детскими этапами, 5-я ступень для юношей и девушек от 16 до 17, на 6-ой ступени нормативы сдаёт молодёжь от 18 до 29, на 7-ой ступени возрастная категория от 30 до 39 лет, 8-я ступень предназначена для 40-49-летних, по показателям 9-ой ступени ГТО сдают мужчины и женщины 50-59, цифры 10-ой ступени подходят для тех, кому 60-69, крайняя 11-ая для тех, кому 70 и более. Как заявить о себе и что это даст? Заявить о своих способностях и пройти испытания можно самостоятельно, зарегистрировавшись на сайте ГТО.ру. Для этого понадобится активный электронный почтовый ящик, куда придёт сообщение для активации аккаунта. Приготовьте данные – дату рождения, адрес, номер телефона, данные об образовании, и фото. Документы при регистрации учеников 1-11 класса заполняют родители со своими данными. Сдавать нормы можно в одном из центров тестирования, который для Вас станет предпочтительнее, можно и даты сдачи нормативов выбрать. Как сдать тем, у кого нет компьютера?  желающий стать участником программы может через посещение центра тестирования и заявку на бумаге. Что даёт сегодня ГТО? Помимо получения нагрудного значка ГТО, который и сегодня выполнен в трёх вариантах – золотом, серебряном и бронзовом, вы в соревновательных условиях доказываете себе и окружающим свою силу, настойчивость и целеустремлённость.Для многих российских ребят эти нормы стали возможностью заработать дополнительные баллы к ЕГЭ при поступлении в ВУЗы страны. Их количество не должно превышать 10, обычно дают по 1-3, но иногда это реальный шанс проскользнуть на бюджет. Кроме того, будете подтверждать нормы на протяжении нескольких лет — можете рассчитывать на благодарность Президента в виде специального знака отличия.

Ну как, готовы к труду и обороне?