

## **Возрождая традиции**

11 марта празднуется «День рождения ГТО». Именно в этот день в 1931 году в Советском Союзе была принята единая программа физкультурной подготовки населения, названная «Всесоюзный спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» или сокращенно ГТО. Вот уже несколько лет, с тех пор как в 2014 году произошло возрождение ГТО после почти 20-летнего перерыва, к этому дню по всей стране устраиваются настоящие спортивные праздники, которые с каждым годом приобретают все большую популярность. Хочется верить, что эта тенденция будет продолжаться из поколения в поколение.

### **Главные цели ГТО**

- увеличение числа граждан, регулярно занимающихся физкультурой;
- увеличение продолжительности жизни населения и его уровень физподготовки;
- формирование у населения осознанных потребностей в регулярных занятиях спортом и физкультурой;
- гармоничное и всестороннее развитие личности и воспитание патриотизма;
- модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях.

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

**Основные принципы ГТО:** добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

Как и в СССР, в зависимости от показанных результатов, сегодня можно получить значок с аббревиатурой ГТО. Однако, если в Советском Союзе значков было два вида – золотой и серебряный, то теперь появился еще и бронзовый, что делает комплекс еще более схожим с Олимпийскими играми.

Как известно, современные значки обрели новый дизайн. Тот, кто не сдал норматив, получает отличительный знак «Участник».

В советские времена сдача нормативов ГТО никак не влияла на дальнейшие перспективы школьников и студентов других учебных заведений.

Выполнение норм ГТО — дело исключительно добровольное. Приятно видеть, что наши студенты видят необходимость в ведении здорового образа жизни. Таким образом, можно отметить, что главная задача комплекса ГТО выполнена.