

## Перечень традиционных мероприятий по пропаганде комплекса ГТО

### **Регулярная трансляция видео роликов**

(агитационных, пропагандистских, о способах подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО, о личных достижениях обучающихся, родителей, педагогов, выпускников и т.д.):

<https://user.gto.ru/media> видеоролики на официальном портале ГТО (раздел «Медиагалерея»)

<https://www.gto.ru/#gto-method> как правильно выполнять нормативы ГТО;

<https://goo.gl/2hin17> «Папа, мама, я – ГТО готова сдать семья»;

<https://goo.gl/xuP4oZ> «Самоучитель ГТО или как это сделал Я»;

<https://clck.ru/MWuns> «Пять лайфхаков для того, кто решил выполнить нормативы ГТО»;

<https://goo.gl/fWg7Ws> «Самоучитель ГТО»;

<https://clck.ru/33QbyN> «Значкисты ГТО калейдоскоп историй»

### **Музыкальные перемены**

На переменах между уроками воспроизводятся музыкальные композиции, посвященные спорту, труду и здоровому образу жизни, комплексу ГТО.

### **Пробное тестирование**

Цель пробного тестирования – дать возможность участникам оценить уровень своей физической подготовки и шансы сдать тестирование на знак ГТО, а также скорректировать программу подготовки к нему.

Каждый норматив выполняется на отдельной площадке (для обозначения площадок можно заранее заготовить таблички с условными обозначениями). Площадки также заранее нужно оснастить необходимым оборудованием.

У судей/счетчиков должны быть протоколы со списками детей, в которых отмечаются результаты. Для того, чтобы понять выполнил участник норматив, нужно распечатать требования по каждой возрастной ступени комплекса ГТО.

При выполнении нормативов в первую очередь нужно обращать внимание на технику. Главное – попробовать свои силы и не переусердствовать с нагрузкой.

**Соревнования по выполнению отдельных нормативов** проводятся между класс-командами. Для этого заранее выбирается один или несколько нормативов, по которым будут соревноваться участники (желательно выбрать нормативы, которые сдает каждая возрастная ступень, например, отжимание, пресс, наклон с тумбы, прыжок с места).

В соревновании могут принять участие не только ученики класса, но и классный руководитель, и родители – так каждый внесет свой вклад и почувствует сопричастность к общему делу. Суммарное количество членов класс-команд должно быть одинаковым – это нужно определить заранее.

Судьи/счетчики фиксируют количество раз правильного выполнения норматива каждым участником, потом результаты суммируют (в случае выполнения

норматива на гибкость указывается суммарное количество сантиметров). По итогам соревнований можно определить самую «гибкую» команду, самую «сильную», «выносливую», «прыгучую» и п.д.

Внимание! В пробном тестировании и соревнованиях по выполнению нормативов допускаются участники с основной медицинской группой для занятий физической культурой. Здесь очень важно отработать совместно с медицинским работником.

**Конкурсы/выставки творческих работ** (рисунков, плакатов, слоганов, агитбригад и т.д.) на тему ГТО. Порядок проведения учреждение определяет самостоятельно.

### **Флешмоб «Стань участником движения ГТО!»**

Суть данной массовой акции состоит в том, что классы в определенное время в определенных местах (время и места определяются заранее) выполняют упражнения из какого-либо норматива (например, отжимание, пресс и т.д.) или движения спортивного танца. Затем участники команд выстраиваются так, чтобы получилась аббревиатура «ГТО» и хором произносят слоган: «Стань участником движения ГТО!».

Мест для флешмобов может быть несколько для классов разных параллелей (например, для одних – спортивная площадка на улице, для других – спортивный зал, для третьих – холл какой-либо рекреации и т.д.).

Время для выступлений или определяется одно для всех, или распределяется в режиме дня – тогда все классы будут иметь возможность увидеть выступления друг друга.

### **Тематические занятия по изучению истории развития комплекса и перспектив его развития на современном этапе**

Материалы для проведения занятий можно взять на официальном портале ГТО в разделах «История», «Новости», а также в методических материалах предыдущих лет, которые размещены на сайте главного управления образования [https://krasobr.admkrsk.ru/?page\\_id=986](https://krasobr.admkrsk.ru/?page_id=986) (раздел «Деятельность» – «Направления» – «Физическая культура и спорт» – «ВФСК ГТО» – «Тематические мероприятия по ГТО\_методические материалы»).

### **Регистрационная кампания**

#### **«Сделай первый шаг – зарегистрируйся на сайте ГТО!»**

Рекомендуем организовать регистрацию потенциальных участников тестирования ГТО в рамках:

- Фестиваля ДОУ по виду программы «ГТО: подтянись к движению!» (тестирование детей 6-8 лет проводится в сентябре 2023 г.);
- проекта «Лето в кроссовках», (тестирование детей 6-10 лет, посещающих пришкольные лагеря, проводится в июне 2023 г.).

Также могут зарегистрироваться все желающие основной группы здоровья (все возрастные ступени), кто намерен выполнить нормативы комплекса ГТО в 2023 году.

Для успешной регистрации необходимо зайти на официальный сайт <https://www.gto.ru/> в раздел «Регистрация» и последовательно заполнить все необходимые данные.