



Вести здоровый образ жизни стало модно. Это подтверждается статистикой за последние несколько лет.

Комплекс «Готов к труду и обороне» — это уникальная и комплексная система физической подготовки, которая имеет патриотический уклон и призвана мотивировать не только молодое поколение, но и пожилое, вести здоровый образ жизни.

Предложение ввести всесоюзные испытания «Готов к труду и обороне» поступило ещё в 1930 году, а уже через год был сформирован первый комплекс ГТО, включавший 21 норматив. Возродили комплекс «Готов к труду и обороне» в 2014 году.

Сегодня, как и много лет назад «Готов к труду и обороне» включает нормативы по ключевым физическим качествам. В числе обязательных испытаний – на скорость, выносливость, силу и гибкость. В испытаниях на выбор – скоростно-силовых способностей, а так же прикладных навыков: плавание, стрельба, метание спортивного снаряда, самозащита и туристский поход.

В автономном округе 9 год реализуется Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», который призван повысить эффективность использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма, а также обеспечить преемственность в осуществлении физического воспитания населения.

Югра стабильно занимает место в ТОП - 20 по России как показатель активности жителей. На сайте ГТО gto.ru уже зарегистрировано более 300 тысяч югорчан в возрасте от 6 лет, примерно 200 тысяч из них уже приняли участие в тестировании. Например, в городе Сургуте - более 76 тысяч человек; в городе Нижневартовске – более 44 тысяч человек; в городе Нефтеюганске – почти 20 тысяч человек.

Отметим, всего в Югре функционируют 25 центров тестирования ВФСК «ГТО», в Белоярском и Октябрьском районах – по 2 центра тестирования.

В каждом муниципальном образовании автономного округа есть Центр тестирования ВФСК ГТО, в любой из них житель нашей огромной страны сможет прийти и выбрать удобное для него время, чтобы выполнить нормы ГТО.

Особенно популярно выполнение нормативов среди молодёжи – абитуриентам при поступлении в учебное заведение за предоставление золотого, серебряного или бронзового знака отличия начисляются дополнительные баллы. Также обладателям золотого знака отличия ГТО на время обучения может быть назначена дополнительная стипендия.

Комплекс ГТО играет важную роль в формировании здорового общества и повышении физической активности граждан. Участие в комплексе помогает людям поддерживать свое здоровье, развивать физические способности и дисциплинировать себя. Более 300 тысяч уже преодолели этот рубеж, и это свидетельствует о том, что комплекс пользуется популярностью и имеет потенциал для дальнейшего роста. Однако важно помнить, что данный рубеж в 300 тысяч не является пределом, и мы должны продолжать поощрять людей к участию в комплексе ГТО для достижения еще больших результатов в будущем.