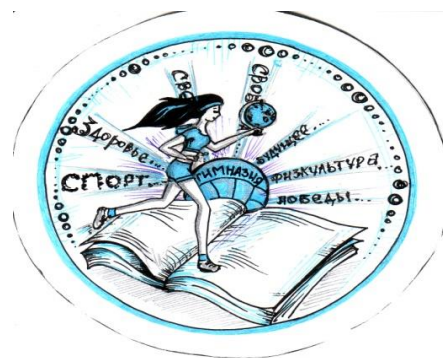


## Что такое ГТО?



*Как сделать , чтоб учење в пользу?  
Гармония нужна – здесь нет сомнений!  
От умственной нагрузки - под крыло  
Физических активных упражнений*

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО). За более подробной информацией переходите по ссылке <https://www.gto.ru/>

Рекомендуем посмотреть фильм «ГТО «Гимназия им. В.А. Надькина» <https://youtu.be/POJIMxKV98g> И не забудьте подписаться на наш канал!