

**Гетманова Вероника Павловна,**  
студентка 3 курса, ДВИУ РАНХиГС

**Малиновская Ольга Викторовна,**  
канд. экон. Наук, ДВИУ РАНХиГС

## **КАК МЕНЯЛИСЬ НОРМАТИВЫ ГТО СО ВРЕМЕН СССР ДО СОВРЕМЕННОСТИ**

**Аннотация.** В статье проводится сравнительный анализ эволюции нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) за последние 50 лет. Рассматриваются ключевые изменения в содержании и структуре комплекса от советского периода до современной версии 2014 года. Особое внимание уделяется трансформации целевых ориентиров: от военно-прикладной подготовки к оздоровительной направленности.

**Ключевые слова:** ГТО, Готов к труду и обороне, физкультурный комплекс нормативов

ГТО («Готов к труду и обороне») – это созданный в СССР и возрожденный в России всеобщий физкультурный комплекс нормативов, предназначенный для массового привлечения населения к спорту и системной оценки физической подготовки граждан разных возрастов. Ключевая идея ГТО, проходящей через всю его историю, заключается в подготовке физически крепкого и здорового населения, готового к труду и защите Родины.

Эта идея раскрывается в двух главных аспектах:

□ **Оборонный и мобилизационный.** Изначально программа была напрямую связана с подготовкой граждан к военным действиям («война потребует напряжения всех народных сил»). Это отражалось в нормативах, таких как метание гранаты, ходьба в противогазе и знания по гражданской обороне.

□ **Оздоровительный и мотивационный.** ГТО служит инструментом пропаганды здорового образа жизни и системного физического развития нации. Для мотивации сдача нормативов поощрялась знаками отличия, которые давали льготы при поступлении в вузы, повышенные стипендии и карьерные преимущества. (Готов к труду и обороне..., 2019).

Этапы эволюции комплекса ГТО в СССР

Этап 1: Создание и становление (1931 – 1940 гг.)

Исторический контекст: Молодое советское государство остро нуждалось в крепких, выносливых и дисциплинированных гражданах для индустриализации и в условиях растущей военной угрозы.

Ключевые характеристики и изменения:

Целевая аудитория: Первоначально комплекс был ориентирован на взрослых граждан в возрасте от 18 лет. Основной упор делался на рабочую молодежь и лиц призывного возраста.

Явная военно-прикладная направленность:

Нормативы были насыщены навыками, необходимыми бойцу на поле боя.

Типичные испытания: Бег в противогазе, преодоление штурмовой полосы (заборы, рвы), метание гранаты, штыковой бой, плавание в обмундировании с оружием, умение ориентироваться на местности. Сдача норм ГТО I ступени была обязательным условием для поступления в военные училища. Изначально существовала одна ступень – ГТО I ступени. Лишь в 1934 году для школьников 14-15 лет была введена ступень БГТО ("Будь готов к труду и обороне"), что стало первым шагом к расширению охвата.



Идеологическая составляющая: Комплекс был не просто спортивным, а идейно-воспитательным. Он формировал образ советского человека-бойца, готового к труду и защите завоеваний революции.

Итогом этапа можно считать: Была создана эффективная система массовой военно-физической подготовки, которая сыграла важную роль в мобилизационной готовности страны в предвоенный период.

Этап 2: Развитие и адаптация (1940 – 1972 гг.)

Исторический контекст: Опыт Великой Отечественной войны, послевоенное восстановление и начало Холодной войны. Акцент смещается с экстренной мобилизации на планомерное воспитание здорового поколения.

Комплекс начинает охватывать все более широкие возрастные группы. Появляются нормативы для детей младшего возраста и для людей старше 40 лет.

Система становится сквозной: ребенок, сдавая БГТО, готовился к сдаче норм ГТО I и II ступени во взрослом возрасте.

После войны явно военные навыки, такие как штыковой бой, были признаны устаревшими для массовой физкультуры и убраны из нормативов. Их место заняли более универсальные физические упражнения, развивающие общую выносливость, силу и ловкость.

Впервые серьезно учитываются возрастные и физиологические особенности. Нормативы для 40-летнего человека и для 20-летнего становятся принципиально разными. Появляется деление на обязательные испытания и испытания по выбору, что позволяло учитывать индивидуальные способности и региональные особенности (например, наличие лыж или водоема). В 1959 году появляется комплекс ГТО II ступени, который был рассчитан на более высокий уровень спортивной подготовки и включал большее количество испытаний.

Итог этапа: ГТО трансформируется из сугубо военно-прикладного инструмента в общегосударственную систему физического воспитания, нацеленную на оздоровление всей нации.

Этап 3: Систематизация и пик развития (1972 – 1991 гг.)

Период "развитого социализма". Государство делает ставку на системность, массовость и оздоровительный эффект физкультуры.

Всеобщий охват: В 1972 году вводится новый, единый комплекс ГТО, который состоял из 5 ступеней и охватывал население в возрасте от 7 до 60 лет.

I ступень: "Смелые и ловкие" (10-11 и 12-13 лет)

II ступень: "Спортивная смена" (14-15 лет)

III ступень: "Сила и мужество" (16-18 лет)

IV ступень: "Физическое совершенство" (мужчины 19-39, женщины 19-34)

V ступень: "Бодрость и здоровье" (мужчины 40-60, женщины 35-55)

В каждой ступени присутствовали как теоретические требования (знания о гигиене, ЗОЖ, гражданской обороне), так и практические испытания.

Испытуемые получали значительную свободу в выборе упражнений для сдачи норм, что делало комплекс более доступным.

Особенно для старших возрастных групп (ступень "Бодрость и здоровье") нормативы были направлены не на спортивные рекорды, а на поддержание активности, гибкости и тонуса сердечно-сосудистой системы. Комплекс окончательно утвердился как основа советской системы физической культуры, связывая физкультуру в детсадах, школах, вузах, на производствах. К концу 1970-х годов значок ГТО имела большая часть активного населения СССР. Комплекс стал настоящим социальным и культурным феноменом. (Анализ изменений..., 2021)

ГТО в наше время

Комплекс ГТО на современном этапе, несмотря на заявленные цели по оздоровлению нации и повышению физической готовности населения к труду и обороне, на современном этапе



сталкивается с рядом системных проблем, препятствующих его массовому успеху. Ключевым достижением можно считать эффективную интеграцию с образовательной системой, где дополнительные баллы к ЕГЭ и возможность повышенной стипендии служат реальным стимулом для студенческой и школьной молодежи. Однако для широких слоев взрослого населения комплекс остается малопривлекательным из-за отсутствия весомых материальных или карьерных стимулов, а также слабой информированности. Серьезным барьером является организационная и инфраструктурная незрелость проекта: нехватка и низкая доступность центров тестирования, особенно в регионах, недостаточная квалификация судейского корпуса и отсутствие единых методических стандартов приводят к необъективной оценке и росту недоверия. Фундаментальной проблемой авторы называют низкий базовый уровень физической подготовки значительной части населения, который не позволяет успешно сдать даже минимальные нормативы, что вкупе с отсутствием объединяющей общенациональной идеи, аналогичной советской, порождает идеологический вакуум и непонимание личной целесообразности участия. Перспективы развития комплекса видятся в комплексном решении этих проблем: через совершенствование инфраструктуры и судейства, разработку дифференцированных тренировочных программ, активную пропаганду в СМИ и, что наиболее важно, создание действенной системы мотивации для взрослых, включая поощрения от работодателей и государства, что позволит трансформировать ГТО из кампании для учащихся в подлинно общенациональное физкультурное движение. (Современный...,2017)

#### Вывод:

На протяжении своей почти вековой истории комплекс последовательно трансформировался, отражая изменяющиеся общественно-политические и социально-экономические условия. От узконаправленного военно-прикладного инструмента мобилизации 1930-х годов, через этап послевоенной адаптации и систематизации, ГТО эволюционировал в масштабную государственную программу физического воспитания, охватывающую все возрастные группы населения.

Ключевым трендом этой эволюции является постепенное смещение акцента с оборонной составляющей на оздоровительную. Если в первоначальной редакции доминировали сугубо военные навыки (метание гранаты, штыковой бой), то к 1970-м годам комплекс приобрел черты универсальной системы физического развития, а в современной России позиционируется прежде всего как инструмент популяризации здорового образа жизни.

Возрождение комплекса в 2014 году стало актом признания его исторической значимости и потенциала для улучшения здоровья нации. Однако современный этап развития ГТО характеризуется существенными противоречиями. С одной стороны, достигнута успешная интеграция с образовательной системой через механизм дополнительных баллов к ЕГЭ. С другой стороны, сохраняются системные проблемы: недостаточная мотивация взрослого населения, организационно-инфраструктурные ограничения, неоднородность качества судейства и отсутствие объединяющей идеологической платформы, аналогичной советскому периоду.

Таким образом, эффективная реализация потенциала современного комплекса ГТО требует не столько возврата к историческим форматам, сколько творческого переосмысления его содержания и механизмов реализации в контексте вызовов XXI века. Успех комплекса будет определяться его способностью предложить современному обществу адекватные и привлекательные формы физического самосовершенствования, сочетающие лучшие традиции прошлого с инновационными подходами настоящего.



**Список литературы:**

1. Е. Луговская «Готов к труду и обороне!»: как изменились нормы ГТО со времён СССР и зачем их вообще придумали/ электронный ресурс//[https://mel.fm/ucheba/fakultativ/7203864-gto\\_history](https://mel.fm/ucheba/fakultativ/7203864-gto_history) /2019
2. Николаев Е.А., Суржко А. В. Анализ изменений нормативных требований в период действия всесоюзного физкультурного комплекса "готов к труду и обороне" СССР./электронный ресурс/<https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-izmeneniy-normativnyh-trebovaniy-v-period-deystviya-vsesoyuznogo-fizkulturnogo-kompleksa-gotov-k-trudu-i-oborone-sssr/viewer> /2021
3. Чернова Л.Р., МаксUTOва А.М., Современный этап ГТО в России: опыт, проблемы и перспективы./ электронный ресурс/ <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyy-etap-gto-v-rossii-opyt-problemy-i-perspektivy> / 2017

