

ГТО – ЭТО ПРЕСТИЖНО

После того, как 24 марта 2014 года президент России Владимир Владимирович Путин подписал указ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)» во всех школах страны начали активно пропагандировать сдачу норм ГТО для продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей. Мы решили вспомнить о наших выпускниках, которые имели большие успехи в спорте, и узнать, сдавали ли они нормы ГТО и что думают на этот счет.

Корреспондент «Тудэйко» решил взять интервью у двух выпускников гимназии 2017 года Шулепова Максима и Исакова Егора и ближе познакомить их с нашими гимназистами. Быть может ты, дорогой читатель, воодушевишься ответами спортсменов и тоже принесешь в копилку нашей республики и гимназии свой заветный значок.

– Где вы сдавали нормы ГТО?

Максим и Егор: Наш учитель физкультуры Палева Надежда Николаевна собирала команду гимназистов для сдачи норм ГТО и позвала нас. Конечно, мы не смогли отказать, ведь хотелось показать, на что способны гимназисты. Центры тестирования располагались на центральном стадионе и в нескольких городских школах.

– Какие эмоции вы испытывали в этот момент?

Максим: В первую очередь, конечно, волнение, как и перед любыми другими соревнованиями. Нельзя было оплошать, хотелось добиться лучшего результата.

Егор: Согласен, волнение было. Но я легко к этому отнесся и, думаю, именно поэтому для меня прошло все гладко. Я остался доволен своими результатами. Кроме того, нельзя не отметить спортивный настрой нашей команды, было приятно ощущать себя ее частью.

– На сдачу норм ГТО вас подвигло только приглашение учителя или нечто большее?

Максим: Я всегда хотел сдать нормы ГТО. Считаю, что это престижно. Кроме того, это очевидная польза для укрепления здоровья и развития навыков, которые могут пригодиться и в повседневной жизни. Можно проверить свою физическую подготовку. Кстати, значок ГТО— это еще и дополнительные баллы к ЕГЭ!

Егор: Да, если не ошибаюсь, то дают от 1 до 10 баллов. Мне тоже хотелось проверить свою физическую форму и сравнить свои силы с другими участниками.

– А кроме дополнительных баллов к результатам экзаменов, что еще вы получили после сдачи норм ГТО?

Максим: В первую очередь я увидел свои слабые стороны, места, где нужно улучшить свои показатели. Для меня это большой жизненный опыт. И, если честно, было приятно получить признание родных и друзей. Похвала – это всегда приятно.

Егор: Я смог попробовать себя в чем-то новом, это здорово. ГТО, впрочем, как и спорт в целом, помогает воспитывать силу духа, выдержку. Так что мое напутственное слово: занимайтесь спортом, это очень круто.

– Как вы думаете, нужна ли специальная физическая подготовка для сдачи норм ГТО? Что еще необходимо, чтобы успешно справиться с испытаниями?

Максим: На самом деле ГТО это не так уж и сложно. На бронзовый значок сможет сдать любой, кто хоть раз ходил на физкультуру. А вот для «золота» нужно будет постараться. Тем, кто готовится сдавать нормы ГТО советую изучить и теорию: узнать правильную технику выполнения нормативов и научиться правильно распределять свои силы.

Егор: Принять участие в сдаче норм ГТО может каждый – это факт. Однако, определенные навыки и физическая подготовка все же нужны. А помимо этого, считаю, что обязательными будут желание и сила воли. Без них точно не справится с нормативами!

– Вы рассказывали друзьям о том, что сдали нормы ГТО? Последовали ли они за вашим примером?

Максим и Егор: Да, безусловно. Мы учились в одном классе и, конечно, сперва рассказали обо всем своим одноклассникам. Многие пошли сдавать ГТО после нас. Это круто, когда люди, воодушевившись твоей историей, решаются сочинить свою собственную!

– Считаете ли вы необходимым сдавать нормы ГТО? Для чего?

Максим: Да, думаю нормы ГТО должны сдавать все, чтобы иметь здоровое тело, быть физически сильным, здоровым, выносливым...

Егор: Разумеется да. Помимо физического воспитания, сдача норм ГТО дает мотивацию для занятия спортом, а лично я, обрел пару хороших друзей-единомышленников.

– Что бы вы пожелали тем, кто еще собирается попробовать свои силы и получить заветный значок?

Максим и Егор: В первую очередь упорства. Боритесь до конца и не отступайте перед возникшими трудностями. Не стоит бояться и волноваться. То, что вы пришли сдавать нормы ГТО – уже достойно уважения. И не важно, как вы сдадите, помните, всегда можно пересдать и взять свой золотой значок!

Беседовала Софья ДЬЯКОНОВА

Шулепов Максим



Исаков Егор

