

Дата поступления рукописи в редакцию: 30.12.2025 г.

DOI: 10.24412/2076-1503-2026-1-161-165

Дата принятия рукописи в печать: 16.02.2026 г.

**ЛОЗОВОЙ Александр Александрович,**

*Старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта,  
Сибирский Государственный университет науки и технологий  
им. М.Ф. Решетнева, Красноярск, Россия,  
e-mail: 89235731323@mail.ru*

**ЛОЗОВАЯ Марина Александровна,**

*Доцент кафедры физической культуры и здоровья,  
Сибирский Государственный университет науки и технологий  
им. М.Ф. Решетнева, Красноярск, Россия,  
e-mail: lozmarin@inbox.ru*

**ЛЮЛИНА Наталья Владимировна,**

*Доцент кафедры методики преподавания  
спортивных дисциплин и национальных видов спорта,  
Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева, Красноярск, Россия,  
Доцент кафедры физической культуры,  
Сибирский федеральный университет,  
Красноярск, Россия,  
e-mail: natali6503@mail.ru*

## **СОВЕТСКАЯ СИСТЕМА ГТО: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОЕ ВОЗРОЖДЕНИЕ КАК СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ И ПОЛИТИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН**

**Аннотация.** В статье проводится комплексный анализ физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) как многоаспектного явления советской и современной российской действительности. Рассматривается его генезис в контексте государственной идеологии 1930-х годов, эволюция нормативной базы и социальных функций в советский период. Отдельное внимание уделяется причинам и механизмам реинкарнации комплекса в 2010-х годах. Проведен сравнительный анализ двух исторических версий системы, выявлены их идеологические, структурные и методические различия. Делается вывод о трансформации ГТО из инструмента массовой мобилизации и идеологического воспитания в современный инструмент популяризации здорового образа жизни и формирования национальной идентичности, сталкивающийся с вызовами цифровой эпохи.

**Ключевые слова:** ГТО, советская система физического воспитания, физкультурно-спортивный комплекс, государственная политика в спорте, здоровый образ жизни (ЗОЖ), патриотическое воспитание, социальная мобилизация.

**LOZOVOI Alexander Alexandrovich,**

*Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports,  
Siberian State University of Science and Technology  
named after M.F. Reshetnev,  
Krasnoyarsk, Russia*

**LOZOVAYA Marina Alexandrovna,**

*Associate Professor, Department of Physical Culture and Health,  
Siberian State University of Science and Technology  
named after M.F. Reshetnev,  
Krasnoyarsk, Russia*

**LYULINA Natalya Vladimirovna,**  
Associate Professor of the Department  
of Teaching Methods of Sports Disciplines and National Sports,  
Krasnoyarsk State Pedagogical University  
named after V.P. Astafiev, Krasnoyarsk, Russia,  
Associate Professor of the Department of Physical Culture,  
Siberian Federal University, Krasnoyarsk, Russia

## SOVIET GTO SYSTEM: HISTORY AND MODERN REVIVAL AS A SOCIOCULTURAL AND POLITICAL PHENOMENON

**Annotation.** The article conducts a comprehensive analysis of the physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense" (TRP) as a multidimensional phenomenon of Soviet and modern Russian reality. Its genesis is considered in the context of the state ideology of the 1930s, the evolution of the regulatory framework and social functions in the Soviet period. Special attention is paid to the causes and mechanisms of the reincarnation of the complex in the 2010s. A comparative analysis of two historical versions of the system was carried out, their ideological, structural and methodological differences were revealed. A conclusion is made about the transformation of the TRP from an instrument of mass mobilization and ideological education into a modern instrument for popularizing a healthy lifestyle and forming a national identity, faced with the challenges of the digital era.

**Key words:** TRP, Soviet system of physical education, physical culture and sports complex, state policy in sports, healthy lifestyle (healthy lifestyle), patriotic education, social mobilization.

Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» представляет собой уникальный социальный эксперимент XX-XXI веков, выходящий далеко за рамки простой системы нормативов. Его история — это отражение политических, идеологических и культурных трансформаций государства. Изучение ГТО в диахроническом аспекте позволяет проследить, как менялись представления власти о роли физической культуры в формировании «нового человека» и управлении обществом. Актуальность исследования обусловлена не только продолжающейся реализацией обновленного Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ВФСК ГТО), но и его значением как символа, активно используемого в современном политическом дискурсе о национальном возрождении, здоровье нации и патриотизме. Физическое воспитание всегда играло значимую роль в жизни общества, особенно в СССР, где активно формировалась идеология здорового и трудоспособного гражданина. Одной из ключевых инициатив в этом направлении стал комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), который охватывал все возрастные категории и обеспечивал высокий уровень физической подготовки населения. В последние годы комплекс ГТО получил второе рождение, что обусловлено стремлением государства к возрождению массовой физической культуры.

Комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) был введён в Советском Союзе в 1931 году с целью физической подготовки населения, осо-

бенно молодёжи, к трудовой деятельности и возможной военной службе. Идея комплекса возникла в условиях необходимости оздоровления нации после революционных событий и укрепления обороноспособности страны. ГТО охватывал различные виды физической активности — бег, прыжки, метание, подтягивания, плавание, лыжи — и включал возрастные категории с соответствующими нормативами. Участие в комплексе было массовым и во многом обязательным, охватывая школьников, студентов, рабочих и служащих. Система пользовалась широкой государственной поддержкой и играла значительную роль в патриотическом и физическом воспитании граждан. В разные годы нормативы пересматривались, добавлялись новые испытания, увеличивалось число ступеней. Создание ГТО в 1931 году было закономерным этапом становления тоталитарного государства, нуждавшегося в физически крепком, дисциплинированном и идеологически лояльном населении. Его появление напрямую коррелировало с курсом на индустриализацию, милитаризацию и коллективизацию. Комплекс стал практическим воплощением лозунга «В здоровом теле — здоровый дух», где «дух» понимался как преданность делу партии и готовность к защите социалистического отечества. После распада СССР интерес к ГТО снизился, и комплекс был фактически свёрнут. Однако в 2014 году он был возрождён в обновлённой форме и стал частью государственной политики по формированию здорового образа жизни среди населения России.

Первоначальный комплекс (1931) включал одну ступень с 21 испытанием для мужчин и женщин. Его успех привел к быстрой дифференциации:

- ГТО-2 (1932) и комплекс «Будь готов к труду и обороне» (БГТО) для школьников (1934).
- Последующие редакции (1939, 1942, 1947, 1955, 1959, 1972, 1985 гг.) постоянно адаптировали нормативы под текущие задачи: военно-прикладной характер усилился в годы войны, а в послевоенный и «застойный» период сместился в сторону оздоровительно-массовой работы.

Наиболее развитой и массовой стала система, утвержденная в 1972 году. Она включала 5 возрастных ступеней (от 10 до 60 лет), что делало ее поистине всеохватывающей. Сдача нормативов была обязательна для учащихся и студентов, а значки ГТО (золотой и серебряный) были значимым социальным маркером, влияющим на карьеру и поступление в вузы.

ГТО выполнял не только физическую, но и идеологическую функцию — воспитывал патриотизм, дисциплину, стремление к здоровому образу жизни. Физическая культура стала неотъемлемой частью образовательной и трудовой систем, а значки ГТО служили символом почёта. Массовое участие в сдаче нормативов способствовало популяризации спорта и укреплению общественного здоровья.

Указ Президента РФ № 172 от 24 марта 2014 года о возрождении ГТО был издан в символически значимый период («Крымская весна»). Его возрождение стало частью более широкого государственного курса на:

1. Консолидацию общества вокруг «традиционных ценностей» и патриотизма.
2. Противодействие негативным демографическим тенденциям через пропаганду ЗОЖ.
3. Поиск национальной идеи в обращении к позитивно воспринимаемым советским символам.
4. Создание единой системы оценки физической подготовки от школьника до пенсионера.

В 2014 году в России было принято решение о возрождении комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) как важного элемента государственной политики в области физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни. Президентский указ о внедрении обновлённой системы стал шагом к формированию массовой спортивной культуры и повышению физической активности среди населения. Современный комплекс ГТО был разработан с учётом актуальных требований к здоровью и физической подготовке человека, а

также международного опыта. Были созданы новые нормативы, адаптированные под современные условия жизни, а также разработана цифровая система регистрации и учёта результатов, позволяющая участникам отслеживать собственный прогресс и достижения онлайн.

Программа охватывает широкую возрастную аудиторию — от детей с 6 лет до пожилых людей старше 70 лет. Для каждой из 11 возрастных ступеней предусмотрены индивидуальные нормативы, соответствующие возрастным особенностям и возможностям. Участники выполняют различные тесты, направленные на развитие выносливости, силы, ловкости, гибкости и координации. Комплекс включает как обязательные, так и дополнительные испытания — бег на разные дистанции, отжимания, прыжки в длину, подтягивания, метание, плавание, лыжи и другие виды физической активности.

Современное ГТО также предполагает систему поощрений — бронзовые, серебряные и золотые знаки отличия. За успешное выполнение нормативов на высоком уровне предусмотрены дополнительные бонусы: сертификаты, грамоты, а для учащихся — прибавка к баллам при поступлении в вузы. Всё это делает участие в комплексе престижным и социально значимым.

Возрожденный комплекс ВФСК ГТО решает не только узкоспортивные, но и масштабные социально-политические задачи. Его внедрение можно рассматривать как многоуровневый проект:

- формирование поведенческой модели и ценностных ориентиров: Главная задача — сделать регулярную физическую активность и ответственное отношение к здоровью социальной нормой для всех возрастов. Комплекс призван конкурировать за досуг населения с цифровыми развлечениями, формируя новую «моду» на здоровье. Это не просто сдача нормативов, а продвижение комплексного понятия «физической культуры» как части качества жизни;
- создание универсального инструмента оценки и управления: ГТО позиционируется как объективный «спортивный паспорт» или «индекс здоровья» гражданина. Это позволяет получать агрегированные данные о физической кондиции населения регионов и страны в целом, выявляя проблемные зоны для корректировки социально-спортивной политики; - давать индивиду обратную связь о его физическом развитии и мотивировать к его улучшению через персональные рекомендации в цифровом кабинете.

Нормативы ГТО интегрированы в школьную программу по физкультуре, а золотой знак отли-

чия дает дополнительные баллы к ЕГЭ. Это мощный, но спорный стимул, превращающий физкультуру для старшеклассников в инструмент достижения академических целей. Внедрение ГТО на предприятиях («ГТО на работе») направлено на улучшение здоровья сотрудников, снижение заболеваемости и укрепление корпоративного духа. Успех здесь сильно зависит от воли руководства. Вузы и работодатели поощряются к учету знаков ГТО, что теоретически должно создавать долгосрочную карьерную мотивацию для поддержания формы. Риск превращения инициативы в кампанию, особенно в образовательных учреждениях. Когда главным показателем для школы или муниципалитета становится количество сдавших, а не качество физической подготовки, это ведет к припискам, занижению нормативов и дискредитации идеи. Давление на учителей физкультуры для выполнения «плана» по ГТО — распространенная проблема. Для качественной подготовки и приема нормативов (особенно таких, как плавание, стрельба, лыжные гонки) необходима соответствующая материальная база. Многие школы, особенно в сельской местности и малых городах, ею не обладают. Нехватка квалифицированных судей и инструкторов, способных работать с разными возрастными группами, также ограничивает возможности. Для части общества, особенно старшего поколения, ГТО — позитивный символ молодости и общей физической культуры. Для другой части, особенно той, что ассоциирует его с советским принуждением, — навязываемая сверху обязанность. Преодоление этого скепсиса, демонстрация личных, а не идеологических выгод — сложная коммуникативная задача. Работа со взрослым населением, особенно старше 40 лет, требует серьезного внимания к медицинскому сопровождению. Попытка сдать норматив без учета реального состояния здоровья может привести к трагическим последствиям. Механизмы обязательного предварительного медосмотра для всех возрастных групп все еще несовершенны. Конкуренция с профессиональным и коммерческим спортом: ГТО позиционируется как основа для массового спорта, в то время как государственное финансирование и медийное внимание часто сконцентрированы на спорте высших достижений. Популяризация ГТО требует иных, более социально-ориентированных механизмов и каналов коммуникации.

Возрождение ГТО стало важным шагом к укреплению здоровья нации, развитию массового спорта и вовлечению граждан всех возрастов в систематические занятия физической культурой. Внедрение комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательную систему России явля-

ется важным шагом в формировании здорового образа жизни у подрастающего поколения. Сегодня ГТО — это не просто историческая традиция, а современный инструмент повышения физической активности и мотивации к занятиям спортом среди школьников и студентов.

Согласно методическим рекомендациям Министерства образования и науки, подготовка к выполнению нормативов ГТО органично включена в школьную программу по физической культуре. Учителя проводят занятия, направленные на развитие физических качеств, предусмотренных системой ГТО: выносливости, силы, гибкости, скорости и координации. Для каждой возрастной категории существуют свои нормативы, что позволяет учитывать индивидуальные особенности развития учащихся.

Во многих университетах и колледжах внедрение комплекса ГТО также стало частью образовательной стратегии. Вузы организуют центры тестирования, проводят открытые занятия и конкурсы по подготовке к нормативам. Это не только укрепляет здоровье студентов, но и способствует формированию спортивной среды внутри учебных заведений.

Несмотря на положительные стороны, существуют и проблемы: недостаток инфраструктуры, низкая мотивация у части молодежи, несоответствие нормативов реальному физическому уровню населения. Однако при комплексном подходе и поддержке на государственном уровне ГТО может стать эффективным инструментом оздоровления нации.

Советская система ГТО являлась уникальным опытом массового физического воспитания. Её современное возрождение демонстрирует стремление к укреплению здоровья населения через проверенные временем механизмы. При правильной реализации и адаптации под современные условия ГТО может вновь стать важным элементом физической культуры в России. Советский ГТО был дисциплинарной практикой в рамках модернистского проекта по созданию «нового человека». Современный ГТО — это технология управления в обществе риска, где государство, минимизируя прямое принуждение, через создание стандартов, цифровых платформ и систем стимулов направляет поведение граждан в желаемое русло (здоровье, продуктивность, лояльность). Это переход от «формовки граждан» к управлению их жизненными стратегиями. Современный комплекс — это не возврат к прошлому, а использование исторического бренда для продвижения ценностей, актуальных для государства XXI века: человеческого капитала, управляемой самодисциплины и цифровой вовлеченности.

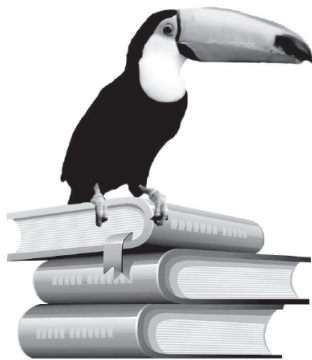
## Список литературы:

- [1] Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. – М.: Академия, 2014.
- [2] Постановление ЦИК СССР от 11.03.1931 «О введении в действие комплекса «Готов к труду и обороне СССР»».
- [3] Указ Президента РФ от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
- [4] Лубышева Л.И. Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике. – М., 2017.
- [5] Пельменев В.К., Саенко В.Г. История физической культуры. – Калининград, 2000.

## References:

- [1] Goloshchapov B.R. History of physical culture and sports. - M.: Academy, 2014.
- [2] Decree of the Central Executive Committee of the USSR of 11.03.1931 "On the introduction of the complex" Ready for Labor and Defense of the USSR."
- [3] Decree of the President of the Russian Federation of 24.03.2014 No. 172 "On the All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Labor and Defense" (TRP). "
- [4] Lubysheva L.I. Sportization in the system of physical education: from a scientific idea to an innovative practice. - M., 2017.
- [5] Pelmenev V.K., Sayenko V.G. History of physical culture. - Kaliningrad, 2000.





**ЮРКОМПАНИ**

[www.law-books.ru](http://www.law-books.ru)

Юридическое издательство  
**«ЮРКОМПАНИ»**

Издание учебников,  
учебных и методических  
пособий, монографий,  
научных статей.

Профессионально.

В максимально  
короткие сроки.

Размещаем  
в РИНЦ, E-Library.