**Одна страна – одна команда! История развития ГТО в СССР и в России**

За время существования комплекса его нормативную часть не раз изменяли. Наиболее крупные изменения вносились в 1940, 1947, 1955, 1965 и 1972 годах.

К концу 30-х годов, когда комплекс ГТО находился на пике популярности, встал вопрос об улучшении его содержания. Нормативы тщательно обсуждались научными и практическими работниками физического воспитания, что привело в 1939 году разработке новых норм комплекса ГТО, которые 26 ноября 1939 года были утверждены специальным постановлением Совета Народных Комиссаров СССР «О введении нового физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР».

Вступивший в действие с 1 января 1940 года новый комплекс ГТО содержал не только обязательные нормы, но и испытания по выбору, что обеспечивало, по мнению разработчиков, сочетание общей физической подготовки со спортивной специализацией. Включение в комплекс обязательных норм обеспечивало овладение навыками бега, плавания, передвижения на лыжах, стрельбы и преодоления препятствий. Кроме того, каждый участник комплекса ГТО должен был по своему выбору выполнить упражнения из различных видов спорта, способствовавшие совершенствованию силы, быстроты, ловкости и выносливости. По сравнению с предыдущим комплексом количество нормативов было значительно уменьшено. Жизнь показала, что структура комплекса ГТО была для того времени прогрессивной и актуальной.

В 2014 году программа ГТО была возрождена на современных принципах и стандартах. Основная цель программы — развитие физической культуры и спорта среди людей разного возраста и подготовка граждан к выполнению физических нормативов ВФСК ГТО. Одним из основных изменений стало введение трехуровневой системы выполнения нормативов. Теперь для получения золотого, серебряного или бронзового знака отличия участникам необходимо выполнить соответствующий набор физических упражнений. Это позволяет достичь более мотивирующих результатов и поддерживать интерес к выполнению ГТО. К числу новых заданий вошли, например, выполнение тестов на бег, прыжки в длину и метание мяча на дальность. Это позволяет охватить более широкий спектр физических навыков и умений участников.

Для удобства всех участников также была разработана веб-платформа GTO.RU, на которой можно зарегистрироваться и получить всю необходимую информацию о требованиях к ГТО, сдать нормативы и получить результаты. Это значительно упростило процесс прохождения ГТО и сделало его более доступным для всех желающих.