

Как только появилось ГТО, знаки могли получить только граждане старше 18 лет – более молодые участники не допускались к соревнованиям. Также обязательным условием было прохождение медицинской комиссии – врач должен был подтвердить, что для того, чтобы получить знак Готов к труду и обороне СССР участник не нанесет вред своему здоровью.

Принимать участие в соревнованиях можно было группами и поодиночке. Практические задания женщины и мужчины выполняли отдельно, также выполнялось распределение и по возрастным критериям. Кроме практических, проводились и теоретические:

- военные знания;
- история физкультурных достижений;
- первая медицинская помощь;
- основы физкультурного самоконтроля.

#ГТО #ИсторияГТО

