

#АкадемияГТО



Авторы проекта



АНО «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ
И ПОПУЛЯРИЗАЦИИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА»



@academygto



www.академиягто.рф

#Академия ГТО

- Открытые бесплатные тренировки
- Программа подготовки к выполнению комплекса ГТО
- Вовлечение населения

Что такое? #Академия ГТО

Проект направлен на массовое вовлечение населения в занятия спортом через:

- организацию тренировочного процесса
- разработку методической системы и программ подготовки к выполнению нормативов ГТО
- информационно-просветительскую работу с населением

Основа - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

ВФСК ГТО + #АкадемияГТО



Принимает нормативы комплекса ГТО широкой сетью центров тестирования и фиксирует результаты, но не имеет программы подготовки всех желающих, что снижает широкое вовлечение населения и эффект популяризации тестирования и спорта.



Заполняет пробелы в существующей системе, даёт обычным людям понятную и эффективную программу подготовки на уличных спортивных площадках и тренажёрах у дома.

Результат

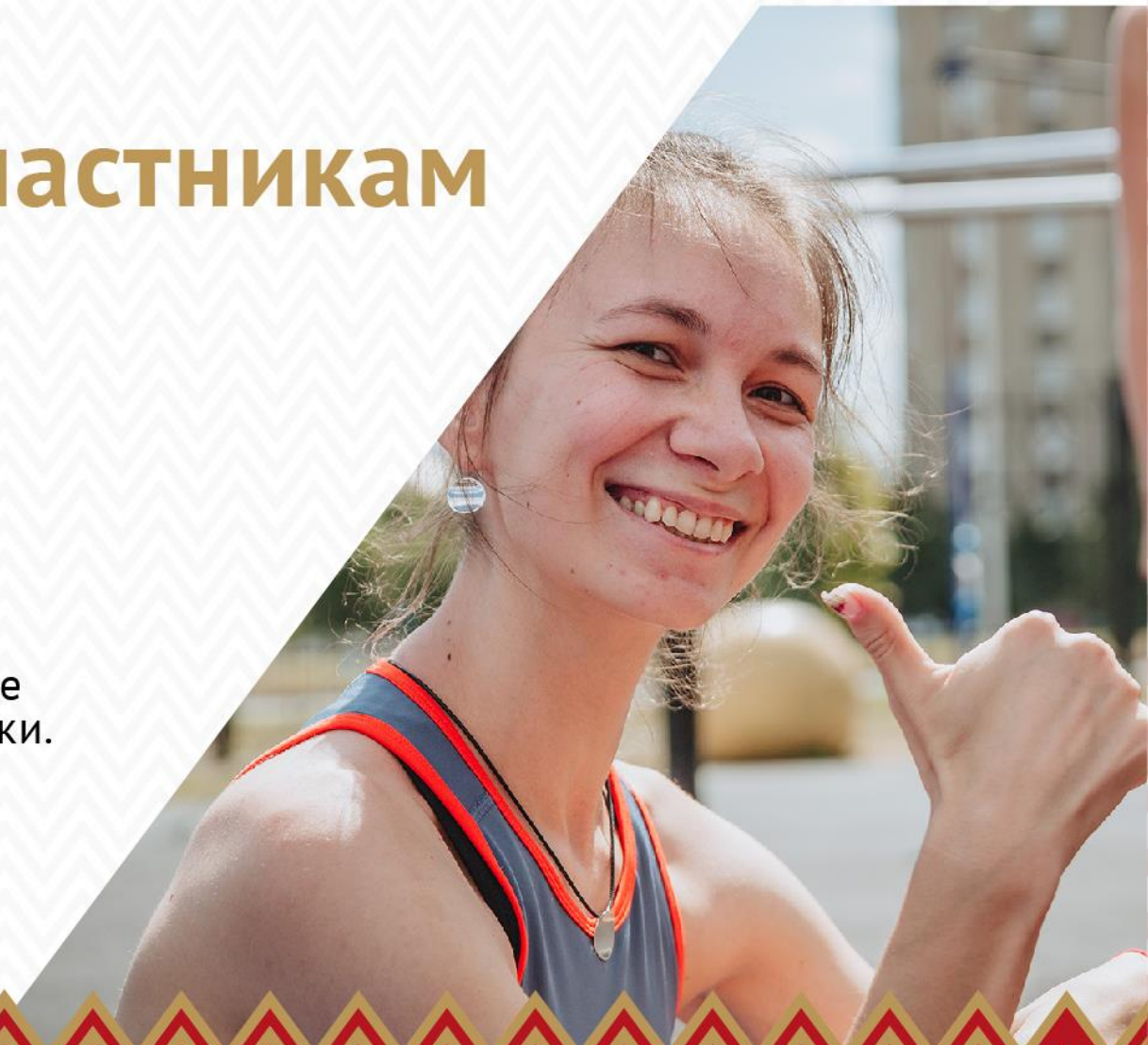


Здоровое население, подготовленное к выполнению нормативов ГТО и увлечённое физической культурой и спортом.

Что дают занятия в Академии ГТО участникам

Проблематика проекта

- Эффективная подготовка к выполнению нормативов ВФСК ГТО.
- Развитие общей выносливости, силовых и скоростных показателей.
- Здоровое тело: комфортный вес, уменьшение жировой прослойки, крепкие суставы и связки.
- Жизненный тонус и энергия, которые увеличивают работоспособность.



Что удерживает и мотивирует участников Академии ГТО

СООБЩЕСТВО ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ

+

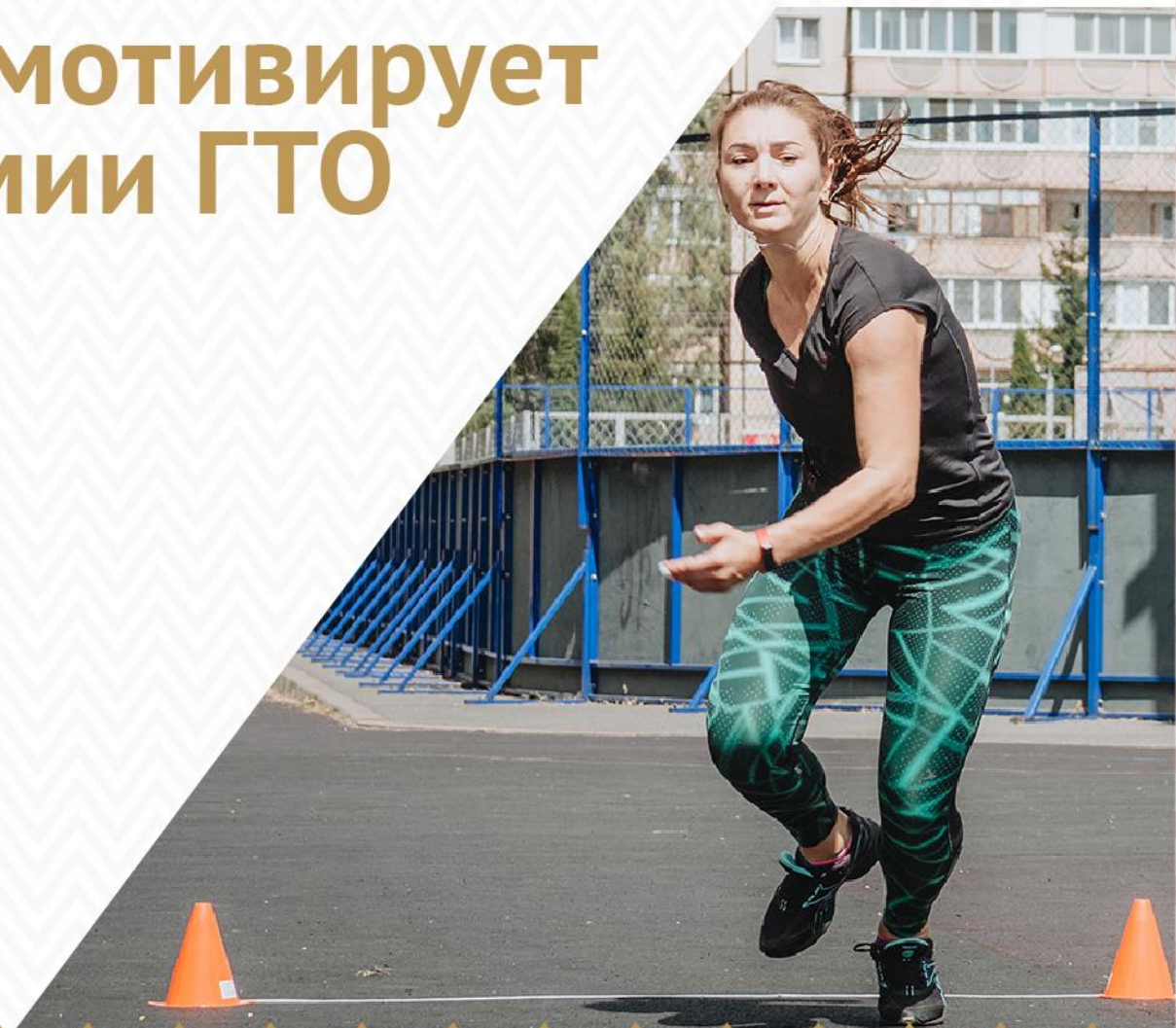
АДАПТИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ

под любой уровень и возраст

+

ГЕЙМИФИКАЦИЯ, или соревновательный эффект:

- в качестве соперника не другой человек, а собственные стартовые показатели физической подготовки.
- участников тестируют «на старте» и спустя 10 недель.



Реализованные проекты

**#АкадемияГТО в городах Губкин (Белгородская область)
и Железногорск (Курская область)**

Проект #АкадемияГТО
стал двукратным
победителем
в номинации
«PRO спорт»
грантового конкурса
«Сделаем вместе!»
Компании
«Металлоинвест».



Благодаря грантовой
поддержке в Губкине
и Железногорске
в течение 10 недель
(август-октябрь 2020)
проводились открытые
бесплатные трени-
ровки для всех
желающих.



#АкадемияГТО в цифрах*

Индекс NPS 9,9/10

По итогам опроса участники проекта готовы рекомендовать Академию ГТО своим близким и друзьям

Атмосфера на тренировках 9,9/10

100% участников проекта отмечают дружественную атмосферу на занятиях, им комфортно заниматься, общаться, они чувствуют себя свободно

99% участников ждут продолжения проекта Академия ГТО

* По данным опроса участников и статистики проекта Академия ГТО, реализованного в городах Губкин и Железногорск с августа по октябрь 2020.



Аудитория проекта #АкадемияГТО



Мужчины

56,2%



Женщины

43,8%



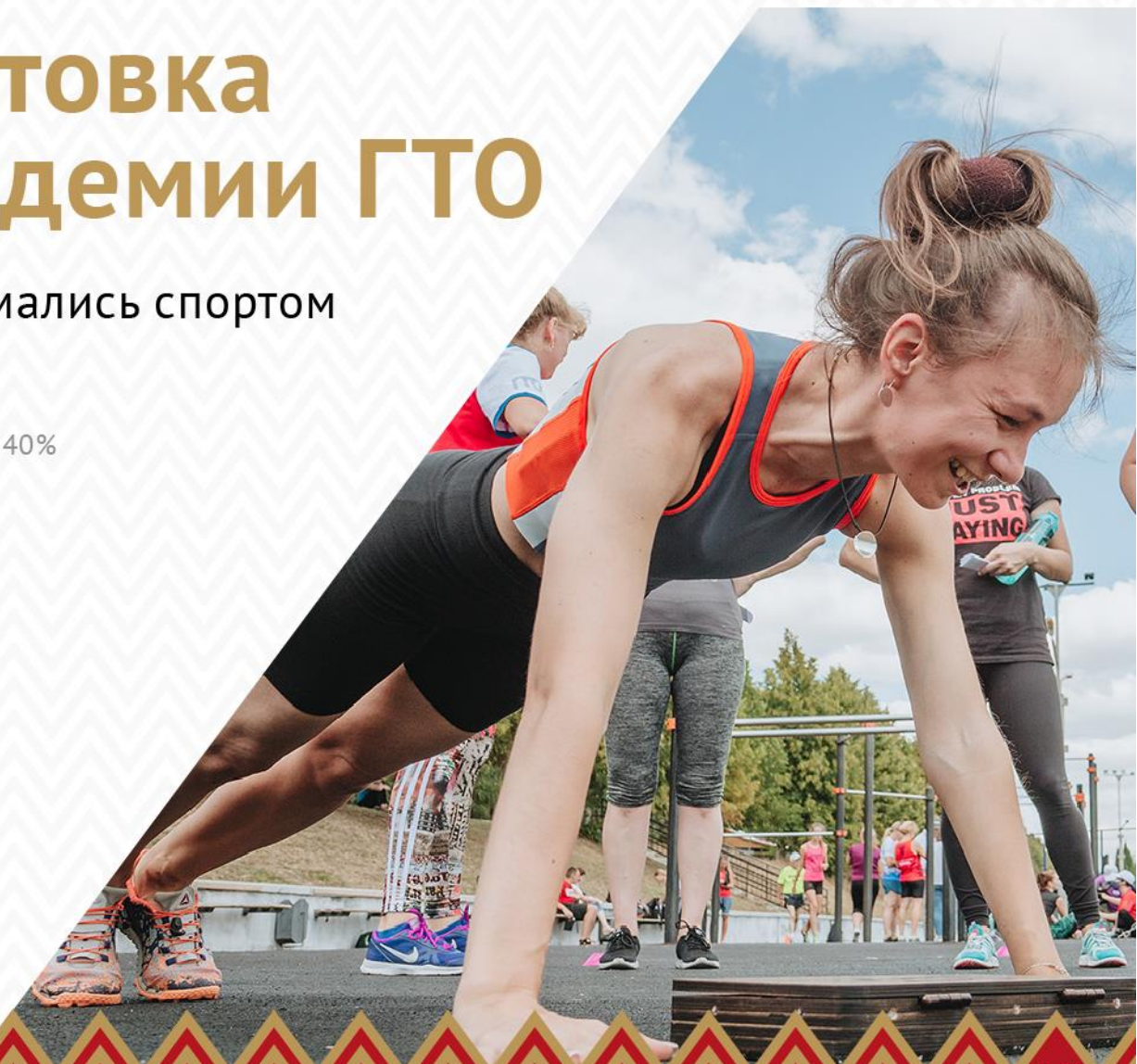
Аудитория проекта #АкадемияГТО

Возрастная статистика



Физическая подготовка участников до Академии ГТО

Больше половины участников мало занимались спортом или когда-то бросили



Участники проекта в системе ВФСК ГТО

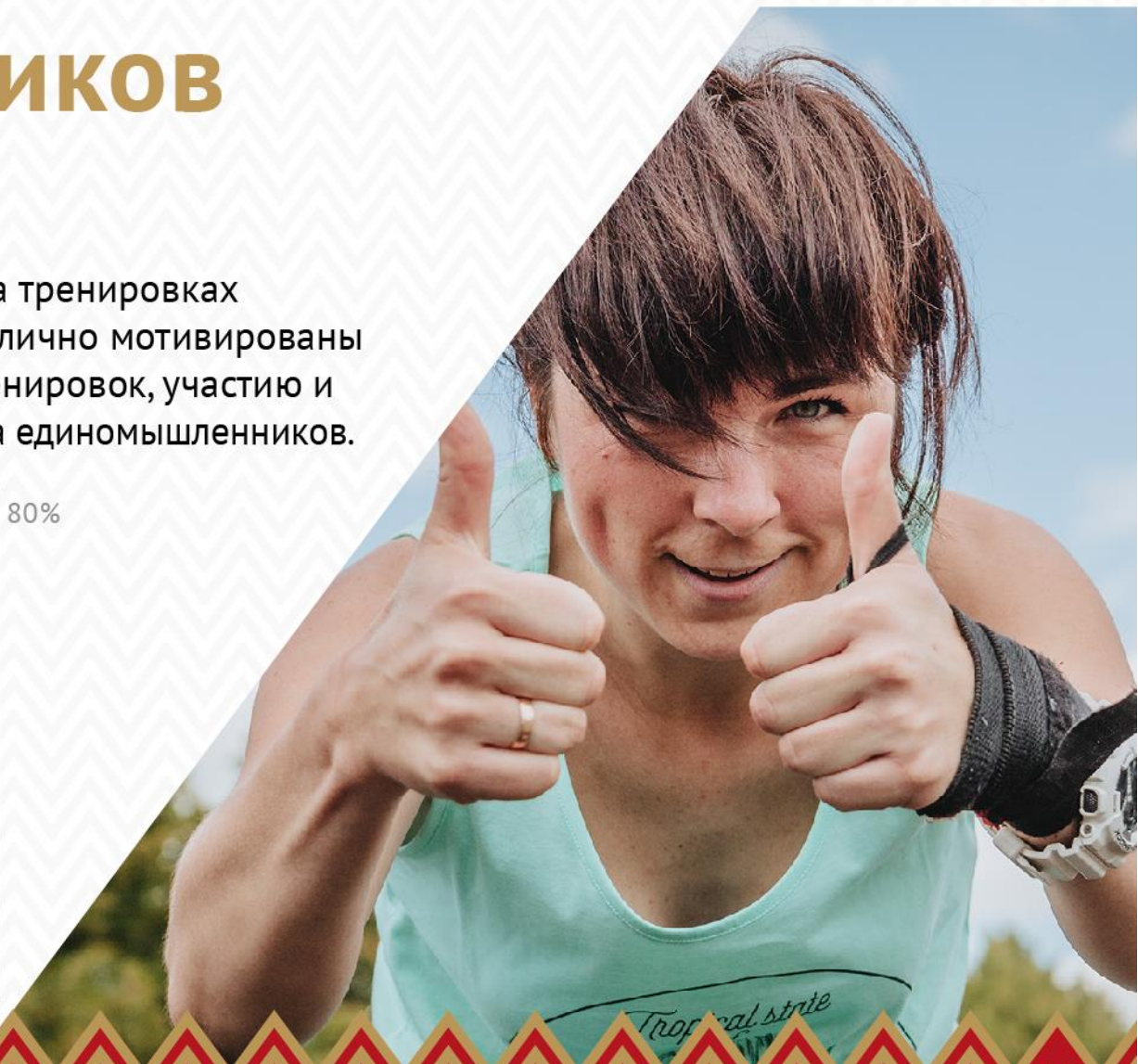
Статистика участников,
которые не были зарегистрированы
в системе ВФСК ГТО
и сделали это благодаря
участию в Академии ГТО

Прирост
+30,53%



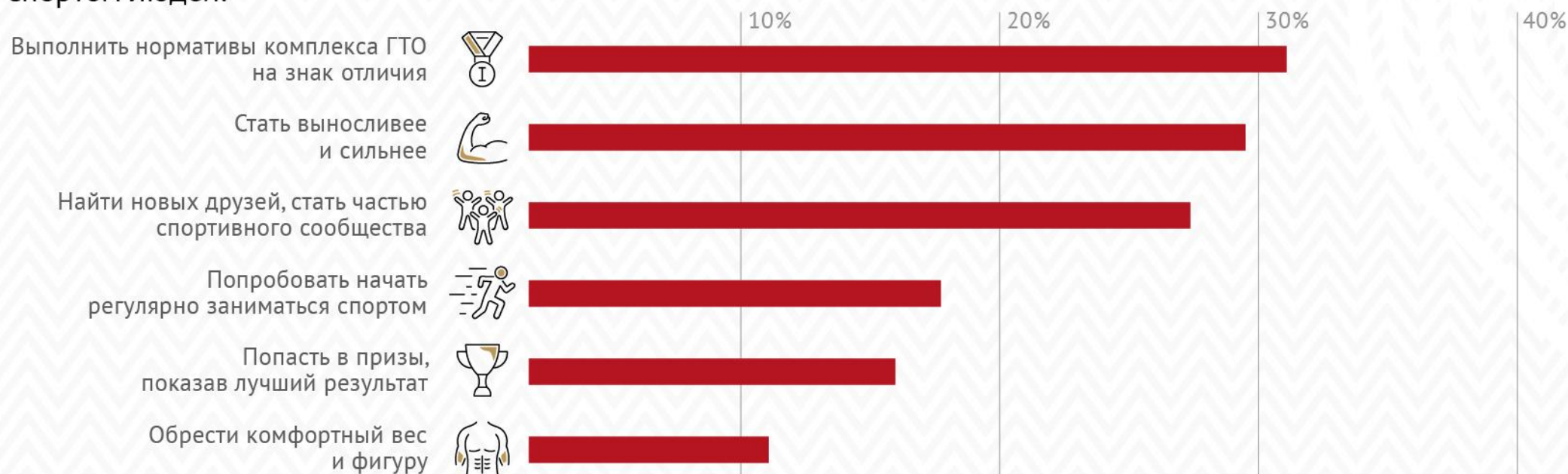
Мотивация участников Академии ГТО

Участники оценивали свою мотивацию заниматься на тренировках в Академии ГТО по шкале от 1 до 10. Большинство отлично мотивированы заниматься благодаря разнообразной программе тренировок, участию и профессионализму тренеров и наличию большого числа единомышленников.



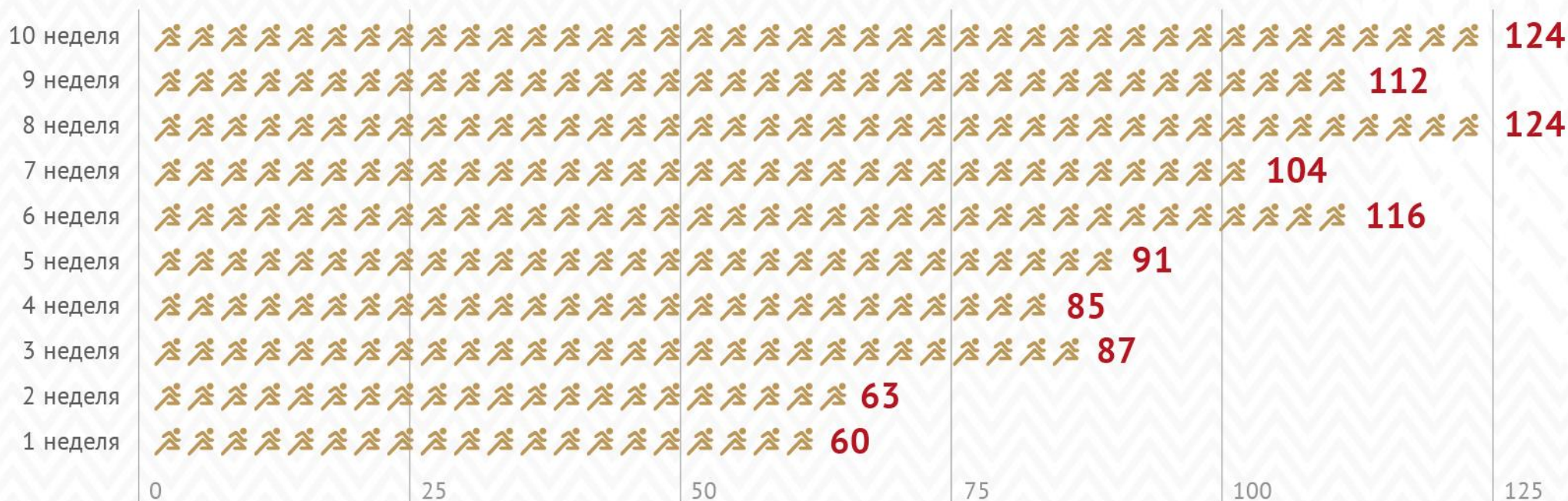
Что привлекает людей в Академии ГТО

Большинство участников приходят в Академию ГТО, чтобы подготовиться к успешному выполнению нормативов комплекса ВФСК ГТО, улучшить физическую подготовку и приобщиться к сообществу активных, увлечённых спортом людей.



Рейтинг активности городов проекта Академия ГТО

Рейтинг активности - это еженедельный подсчет участников тренировок в городах, где идёт проект.
С первого занятия число участников росло.



Итоговый Рейтинг 966

61,70%

участников посетили
более половины
тренировок проекта

13,83%

посетили все
10 занятий



Достижения участников Академии ГТО

По итогам 10 недель проекта #АкадемияГТО в городах Губкин и Железногорск за август-октябрь 2020.

62,16%

участников выполнили
нормативы
на знак отличия
ВФСК ГТО



74 человека
«золото»



35 человек
«серебро»



9 человек
«бронза»

Остальные участники готовы заниматься дальше, чтобы до конца 2020 года заработать свой знак отличия.

Рост физических показателей участников Академии ГТО

Участники Академии ГТО проходили тестирование на первой и последней тренировках проекта. Тест - выполнение ряда нормативов комплекса ВФСК ГТО.

Сравнив начальные и конечные показатели, мы смогли увидеть прогресс участников.

Прогресс в результатах
есть у **100%** участников
Академии ГТО



ПРЕСС

поднимание туловища из положения лёжа на спине
(количество раз за 1 мин)

Протестировано человек: 130

81,54%

улучшили результат в пределах до 50%

10%

улучшили результат в пределах 50-100%

8,46%

улучшили результат свыше 100%



ОТЖИМАНИЯ

максимальное количество раз

Протестировано человек: 132

41,67%

улучшили результат в пределах до 50%

17,42%

улучшили результат в пределах 50-100%

40,91%

улучшили результат свыше 100%



НАКЛОН вперед

из положения стоя на гимнастической скамье
(от уровня скамьи в см)

Протестировано человек: 124

62,10%

улучшили результат в пределах до 50%

22,58%

улучшили результат в пределах 50-100%

15,32%

улучшили результат свыше 100%





Старшее поколение

100%
участников старше 60 лет
улучшили физическую форму
более, чем на 100%*

*По результатам теста на подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (максимальное количество раз).



Более подробные расчёты статистики проекта:



<https://clck.ru/RUDJq>

СМИ об Академии ГТО

154 публикации
в региональных
и федеральных СМИ



ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ 1 АВГ, 16:03

Первая тренировка академии ГТО в Железногорске состоялась 1 августа

Бесплатные уличные занятия на стадионе "Горняк" будут проходить каждые выходные в течение 10 недель



Спортивный проект «Академия ГТО» стартует в Губкине в августе



Присоединяйтесь к команде и получите бесплатную тренировку, проект стартует уже сегодня.



Открылась регистрация на бесплатные тренировки в Академии ГТО в Губкине



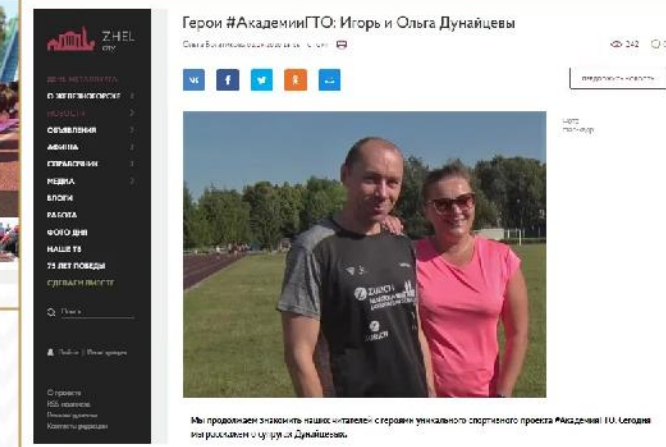
Чтобы принять участие в тренировках, жители и гости города поедутся зарегистрироваться, зайдя на простую форму на странице ВКонтакте.

Академия ГТО в Губкине: как прошла заключительная тренировка



Академия ГТО в Губкине: как прошла заключительная тренировка проекта

10 октября в Губкине прошла последняя тренировка бесплатного проекта «Академия ГТО». Впервые тестирование показало, что проект физически показывал истинный уровень каждого участника тренировок. Также автор проекта вручил награды победителям и призерам соревнований.



Реалити-шоу #АкадемияГТО

Реалити-шоу #АкадемияГТО показывает, каких результатов может достичь человек за 10 недель регулярных занятий под руководством тренера, чтобы в итоге подготовиться к выполнению нормативов комплекса ВФСК ГТО.

Реализовано совместно с ООО «Медиацентр»



12 000 +
просмотров

20 выпусков

Смотрите реалити-шоу
#АкадемияГТО
в группе проекта
в ВК @academygto



Отзывы об Академии ГТО



Ольга Стежко

Замечательный проект👍.Сдали нормативы и результаты заметно улучшились!!!Очень жаль,что проект заканчивается.Хотелось бы продолжения!!!!

5 окт в 21:37 Ответить

❤️ 2



Ирина Гармышева

Спасибо ОГРОМНОЕ! Я как мама трех детей, которых привела к вам (одного основного и 2х прилипших к старшему), хочу поблагодарить за этот проект. Я совсем не ожидала, что моих малышей так затянет. Маленький Тимофей 2 дня плакал, не мог поверить, что больше занятий не будет 😞 Еще раз СПАСИБО за все эти эмоции! 🤝



Юлия Бизюлёва

Спасибо вам за возможность совершенствоваться под наблюдением опытных наставников, спасибо за открытие "секрета" успеха))), спасибо за новые знакомства и спортивный задор, спасибо #академияГТО ! Надеюсь наша спортивная история продолжится!

5 окт в 20:15 Ответить

❤️ 1

Отзывы об Академии ГТО



Ирина Маслова

Вот и закончились наши тренировки в Академии ГТО. Грустно... Хотелось бы поблагодарить организаторов и наших лучших тренеров: Алексея Палагушина, Надежду Галкину, Елену Тихонову и Оксану Азарову за организацию и проведение интересных занятий, за яркие эмоции, за поддержку и советы. Этот проект сплотил совершенно незнакомых и разной профессии людей. Мы стали командой... классной командой. И мы все справились с поставленными целями, доказав в первую очередь себе, что мы можем... спасибо всем..

5 окт в 12:40 Ответить

♥ 4



Людмила Зеленчукова

Доброго времени суток. Вот и пролетело 9 из 10 тренировок в Академии ГТО. Хотелось бы выразить огромную благодарность организаторам этого уникального проекта за те эмоции, заряд бодрости и настрой, который мы получили. Высочайшую оценку нужно поставить нашим тренерам за поддержку, советы и солнечное настроение. У нас получилась прекрасная команда, позитивная и мотивированная. Очень печально, что все хорошее когда-нибудь заканчивается... Я думаю что выскажу общее коллективное мнение если скажу, что хочется продолжения. Мы с удовольствием и дальше встречались бы каждую неделю, по возможности совмещая бег, силовые нагрузки и плавание. Давайте развивать и расширять этот классный проект! ❤️❤️❤️

3 окт в 21:20 Ответить

♥ 2

#АкадемияГТО



АНО «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ
И ПОПУЛЯРИЗАЦИИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА»



@academygto



www.академиягто.рф

Хотите, чтобы #АкадемияГТО появилась в вашем городе?

Напишите нам на sport@sportcenterrussia.ru