Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Харьковская средняя общеобразовательная школа Ровеньского района
Белгородской области»

Внеклассное мероприятие «А мы готовы к ГТО?»

(с включением пробной сдачи нормативов комплекса ГТО)
для 4-8 классов

Провели: Рыбалко Т. С., учитель начальных классов,
Приходько Е. А., учитель физической культуры,
Сидоренко Е. Г., учитель изобразительного искусства

Харьковское, 2016

Дата проведения: 04.04.2016 г.

Цели: познакомить с понятием «ГТО», закрепить знания детей о здоровом образе жизни, о различных видах спорта; развивать у детей интерес к спорту как важной составляющей здорового образ жизни; создать ситуации выбора для воспитания ответственного отношения к своему здоровью.

Ход мероприятия:

1.Орг. момент

Учитель: Здоровый образ жизни – понятие разноплановое. Это не только отказ от алкоголя и табакокурения, но и рациональное питание, и, конечно же, занятия физкультурой и спортом. Руководство страны всерьез обеспокоено здоровьем населения. Помимо уже принятых мер, стартует еще одна очередная – возвращение норм ГТО. Данная аббревиатура хорошо знакома людям старшего поколения, а для молодежи требует пояснения. Расшифровка следующая – «Готов к труду и обороне».

2.Основная часть

1)Сообщение учителя «Что такое ГТО?»

Президент РФ Владимир Путин своим Указом от 24 марта распорядился ввести в действие физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) с 1 сентября 2014 года. Выполнившие нормативы комплекса отмечаются золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия. Обладание такими знаками отличия даёт бонусы при поступлении в высшие учебные заведения.

Значки ГТО (первые варианты) изготавливались из меди или латуни, и покрывались горячими эмалями (клуазон), в дальнейшем начался массовый выпуск значков из алюминия с покрытием жидкими (холодными) эмалями.

2) Из истории ГТО:

«Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) — всесоюзный физкультурный комплекс, составлявший основу государственной системы физического воспитания и направленный на укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие советских людей, подготовку их к трудовой деятельности и защите Родины. Он являлся основой программ по физическому воспитанию во всех учебных заведениях и спортивных секциях страны.

В комплекс входили гимнастические упражнения, бег (на короткие и средние дистанции), прыжки (в длину или высоту), метание (диска, копья, толкание ядра и др.), плавание, лыжные гонки (для бесснежных районов — марш-бросок или велогонки), стрельба (только для юношей).

Система физической подготовки ГТО появилась в Советском Союзе в 1931 году и существовала до 1991. Комплекс включал в себя две части: "БГТО СССР" для учащихся школ с 1 по 8 класс и ГТО — для граждан старше 16 лет. Список упражнений, входивших в норматив, был довольно широк: отжимания и бег, подтягивания, прыжки, метание гранат, плавание, лыжи, стрельба, туристические походы, толкание набивного мяча. Комплекс охватывал граждан СССР в возрасте, начиная от 10 и до 60 лет.

Нормативы и классификация ГТО непрерывно совершенствовались. Определенные изменения в комплекс ГТО были внесены в 1940, 1947, 1955, 1959, 1965 годах.В 1972 году специальным постановлением ЦК КПСС и Совета Министров СССР был введён новый комплекс ГТО, в котором появились ступени для школьников 10-13 лет и трудящихся 40-60 лет.

Всего стало пять ступеней ГТО: 1 — "Смелые и ловкие", 2 — "Спортивная смена", 3 — "Сила и мужество", 4 — "Физическое совершенство", 5 — "Бодрость и здоровье".

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком "ГТО", выполняющие нормативы в течение ряда лет — "Почётным значком ГТО".

К началу 1976 года свыше 220 миллионов человек имели значки ГТО.

Комплекс ГТО действовал в СССР до 1991 года.

В настоящее время возрождается комплекс ГТО.

3)Загадки:

1.Он лежать совсем не хочет.
Лента, мяч, бревно и брусья,
Кольца с ними рядом.
Перечислить не берусь я
Множество снарядов.
Красоту и пластику
Дарит нам... (гимнастика)

2.Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота - через сетку.
И площадка, а не поле
У спортсменов в... (волейболе)

3.В этом спорте игроки
Все ловки и высоки.
Любят в мяч они играть
И в кольцо его кидать.
Мячик звонко бьет об пол,
Значит, это... (баскетбол)

4.Мы не только летом рады
Встретиться с олимпиадой.
Можем видеть лишь зимой
Слалом, биатлон, бобслей,
На площадке ледяной -
Увлекательный... (хоккей)

5.На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни штыков. (Шахматы)

6.Я спешу на тренировку,

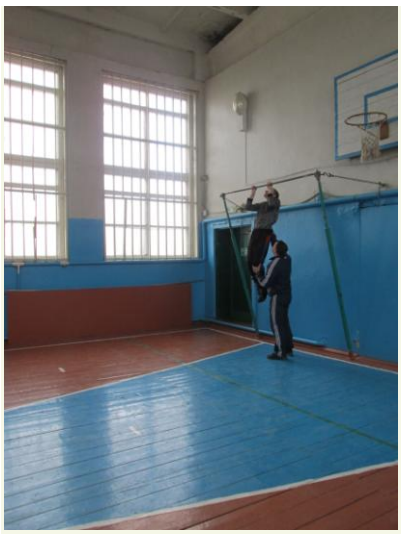
В кимоно сражаюсь ловко.
Чёрный пояс нужен мне,
Ведь люблю я … (каратэ)
7.По полю команды гоняют мяч,
Вратарь на воротах попался ловкач.
Никак не дает он забить мячом гол.
На поле играют мальчишки в... (футбол)
8.Я за лето сил набрался
И значительно подрос,
Спортом много занимался, Пробежал легко я... (кросс)

3.Практическая часть

1)Бег

2)Отжимание от пола

3)Подтягивание на высокой перекладине



А сейчас предлагаю вам нарисовать значок-эмблему ГТО. (Дети рисуют).

Рассказывают о своих работах.

4.Подведение итогов занятия.

Что узнали о комплексе ГТО?

Что необходимо для того, чтобы успешно сдавать нормативы ГТО?

Какие выводы сделали для себя?