









ГОТОВ

К ТРУДУ

И ОБОРОНЕ!



ЮНОШИ И ДЕВУШКИ!

ВСТУПАЙТЕ в физкультурные коллективы,
в спортивные секции,

ЗАНИМАЙТЕСЬ ежедневно физической
культурой и спортом,

СДАВАЙТЕ нормы на значок **ГТО!**



ВЫПОЛНИМ НОРМЫ

ГТО

ВСЕСОЮЗНЫЙ ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ СССР»

СОВЕТСКИЙ
ФИЗИКУЛЬТУРНЫЙ ДВИЖЕНИЕ
ДОЛЖНО ИМЕТЬ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО
ИДЕАЛЬНЫЙ ХАРАКТЕР
ВНЕЗАПНОСТЬ ИЛИ НЕУДАЧНО
ИЗМЕНЕНИЯ СИСТЕМ
ФИЗИКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
ПРОЦЕДУРАЛЬНЫ
И РАССУДИТЕЛЬНЫ
РАССУДИТЕЛЬНЫ
РАССУДИТЕЛЬНЫ
И ДЕТСКОГО ВОЗРАСТА

СПОРТИВНАЯ СМЕНА * СМЕЛЫЕ И ЛОВКИЕ

СОВЕРШЕНСТВО * БОАРОСТЬ И ЗАОРОВЬЕ

СИЛА И МУЖЕСТВО * ФИЗИЧЕСКОЕ





Каждая ступень



ГТО — это ступенька к



будущей



ОЛИМПИЙСКОЙ

победе















Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 им.Х.Я. Беретаря.»

Классный час
«История комплекса ГТО»

7Б класс

Подготовила Мешлок В. А.
учитель физкультуры.
15 мая 2015 год

Цели: сформировать представление детей об истории возникновения и сути комплекса ГТО; формировать положительную нравственную оценку здорового образа жизни, позитивное отношение к занятиям спортом; способствовать воспитанию патриотизма, гордости за свою страну.

Форма проведения: час общения.

Подготовительная работа: группа учащихся готовит информационный блок.

План классного часа -урока

1. Введение в историю комплекса ГТО.
2. Интерактивная беседа по теме «Что такое ГТО».
3. Информационный блок:
 - «Как и почему появился комплекс ГТО»
 - «От норм ГТО – к олимпийским медалям»
 - «ГТО сегодня»
- Интервью «Почему нужно заниматься спортом?»
4. Заключительная беседа.
5. Сдача испытательных тестов по комплексу ГТО

Ход урока (классного часа)

Введение в историю комплекса ГТО

Мы сейчас послушаем отрывок из поэмы С.Я.Маршака

«Рассказ о неизвестном герое», который настроит нас на сегодняшний разговор.

(Звучит отрывок из поэмы)

Интерактивная беседа по теме: «Что такое ГТО»

Эта поэма была написана в 1937 году, и строчка «Знак ГТО на груди у него» была в то время понятна любому. ГТО – это Всесоюзное движение «Готов к труду и обороне» - программа физкультурной подготовки, которая существовала в нашей стране с 1931 года по 1991 год. Как вы понимаете девиз «Готов к труду и обороне»? (Ответы детей).

Комплекс ГТО охватывал население в возрасте от 10 до 60 лет. Необходимо было сдать определенные нормативы по физической подготовке. Сдавать нужно было такие виды упражнений, как бег, прыжки в длину и в высоту, плавание, метание мяча, лыжные гонки, подтягивание на перекладине, стрельба, велокросс, туристский поход и др. Сдача нормативов подтверждалась специальными серебряными и золотыми значками ГТО. Те, кто сдавал нормативы в течение нескольких лет, получали значок «Почетный значок ГТО». Как вы считаете, способствовал ли комплекс ГТО укреплению здоровья людей? Почему? (Ответы детей).

Простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в нормативы ГТО, их очевидная польза для укрепления здоровья сделали его популярным среди населения и особенно среди молодежи.

Информационный блок.

Об истории возникновения комплекса ГТО и о его возрождении в современной России сейчас нам расскажут учащиеся: Блягоз А., Ереджибок И., Панеш С., Напцок Д., Хлебникова Т.

«Как и почему появился комплекс ГТО»

История комплекса ГТО началась, когда после победы Великого Октября страна наша крепла и мужала, когда энтузиазм советских людей, их тяга к новому, революционному проявились буквально во всех сферах жизни — в труде, культуре, науке, спорте.

24 мая 1930 года газета «Комсомольская правда» опубликовала материалы о необходимости введения единого критерия для оценки всесторонней физической подготовленности молодежи. Предлагалось установить специальные нормы и требования, а тех, кто их выполнит, награждать значком. Инициатива ленинского комсомола получила признание в широких кругах общественности, и по поручению Всесоюзного совета физической культуры в СССР был разработан проект комплекса ГТО, который в марте 1931 года после обсуждения в различных общественных организациях страны был утвержден.

Впервые введенный комплекс ГТО состоял из одной ступени, которая включала 15 нормативов по различным физическим упражнениям (бег, прыжки, метания, плавание, лыжи и др.). Кроме того, сдающие комплекс должны были знать основы советского физкультурного движения и военного дела.

Высокая идейная и политическая направленность комплекса ГТО, простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в его нормативы, их очевидная польза для укрепления здоровья и развития навыков и умений, необходимых в повседневной жизни, сделали комплекс ГТО популярным среди населения и особенно среди молодежи. В 1931 году значкистами ГТО стали 24 тысячи физкультурников, в 1932-м — 465 тысяч, и в 1933 году 835 тысяч физкультурников. В 1932 году была введена 2-я ступень комплекса ГТО, содержащая 25 норм: 3 теоретических требования и 22 практических испытания по различным видам физических упражнений. Она была значительно сложнее. Сдать все нормативы можно было только при условии систематических тренировок.

В 1934 году был учрежден значок «Будь готов к труду и обороне» для школьников 14—15 лет, который состоял из 16 норм спортивно-технического характера и требований по санитарной подготовке. Значкист БГТО, кроме того, должен был уметь провести занятия по одному из видов спорта, знать правила и уметь судить спортивные игры.

Комплекс ГТО в 30-е годы сыграл огромную роль в развитии массовости советского физкультурного движения. Сдавая нормы ГТО, миллионы юношей и девушек приобрели всестороннюю физическую подготовку и закалку.

«От норм ГТО к олимпийским медалям»

Благодаря активизации физкультурного движения уже в 1934 году в стране насчитывалось около 5 миллионов физкультурников, половина из которых была значкистами ГТО.

Большая притягательная сила комплекса ГТО открыла дорогу в спорт для миллионов юношей и девушек. Выполнением нормативов ГТО начали свой путь замечательные советские спортсмены, ставшие победителями крупнейших международных состязаний, высоко поднявшие над миром знамя советского спорта.

«От значка ГТО – к олимпийской медали!» - так звучал лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия физкультурой, спортом, утренней гимнастикой. Получение и дальнейшее ношение значка ГТО было почетным, обеспечивало дорогу в большой спорт.

Во времена обязательных нормативов ГТО граждане СССР **претендовали на медали** на многих международных соревнованиях, становились рекордсменами **почти во всех видах спорта**.

Семидесятые годы прошлого века проходят под эгидой массовых спортивных состязаний на основе ГТО. Так, с 1974 года в СССР начинаются всесоюзные первенства по многоборьям ГТО, которые всего через год объединяют под своей эгидой 37 миллионов участников, из них пятьсот человек выходят в финал. Призеры четвертой ступени автоматически становятся мастерами спорта СССР. За последующие семь лет чемпионами районов, городов, областей и республик стали свыше 350 тысяч юношей и девушек, среди них 77 чемпионов СССР по многоборью ГТО и 100 — первые в истории движения мастера спорта по многоборью ГТО.

С 1974 года в движение активно включились молодежные издания. «Комсомольская правда» стала первой газетой, на призы которой организовывался чемпионат СССР. В нем разыгрывалось первенство в четырех возрастных категориях. В программу соревнований входили такие виды спортивных состязаний, как бег на 100 метров, метание гранаты, стрельба, плавание на 100 метров, легкоатлетический кросс. Самая титулованная участница 9-кратная чемпионка СССР Наталья Богословская по итогам соревнований была удостоена звания «заслуженный мастер спорта».

На старты по сдаче ГТО выходили известные ученые, спортсмены, герои труда. Академик Павлов и писатель Максим Горький приветствовали интерес населения к физической культуре и спорту.

Среди людей, которые получали значки ГТО, герои Великой Отечественной войны: летчики Иван Кожедуб, Александр Покрышкин, Николай Гастелло, знаменитый сапер Владимир Пчеленцов, были известные звезды спорта и культуры СССР, Аркадий Гайдар, братья Знаменские, прославленные игроки московского «Спартака», Василий Соловьев-Седой.

«ГТО сегодня»

По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране вводится Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для решения проблемы продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей.

Выполнившие нормативы комплекса будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия, а также получают массовые спортивные разряды и звания.

Обладание такими знаками отличия даст бонусы при поступлении в высшие учебные заведения.

Структура нового комплекса ГТО включает следующие ступени:

1 ступень "Играй и двигайся": 6-8 лет (1-2 классы)

2 ступень "Стартуют все": 9-10 лет (3-4 классы)

3 ступень "Смелые и ловкие": 11-12 лет (5-6 классы)

4 ступень " Олимпийские надежды ": 13-15 лет (7-9 классы)

5 ступень "Сила и грация": 16-17 лет (10-11 классы)

6 ступень "Физическое совершенство": 18-30 лет

7 ступень "Бодрость и здоровье ": 41-50 лет

8 ступень "Здоровье и долголетие": 51-55лет и старше.

Значок ГТО получил новый дизайн. Знак отличия ГТО теперь имеет форму стилизованной многоконечной звезды, в центре которой расположена окружность с изображением бегущего спортсмена на фоне красного цвета для золотого знака отличия, синего — для серебряного значка, а для бронзового - зеленый цвет с изображением восходящего солнца.

Интервью «Почему нужно заниматься спортом?».

Я благодарю всех участников творческой группы за интересные рассказы о комплексе ГТО. А теперь, ребята, прошу вас дать интервью. Как вы считаете, почему нужно заниматься спортом? (Ответы детей).

Учитель. Спасибо за интервью. Я очень рада, что вы хотите быть здоровыми, сильными, ловкими, стремитесь быть похожими на чемпионов.

Заключительная беседа.

Учитель. Все мы любим смотреть, как выступают российские спортсмены, чемпионы, как они выходят на пьедестал почета и в честь их побед под звуки нашего гимна поднимается наш флаг. В эти моменты нас переполняет гордость за Россию – вот это и есть патриотизм. Хочется верить, что возрожденный комплекс ГТО принесет нашей стране еще больше побед!

Сдача испытательных тестов по комплексу ГТО

1. Испытательный тест-скоростных возможностей: челночный бег 3^{10} , бег 60 метров.
2. Развитие выносливости-бег 1000м, 1500м, 2000м.
3. Развитие гибкости-наклоны вперед из положения стоя с прямыми ногами, касаемся руками пола.
4. Развитие силы-подтягивание из виса лежа.

