**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**

**Починковская средняя общеобразовательная школа**

*Методическая разработка внеклассного спортивного мероприятия*

*«От значка ГТО к олимпийской медали»*

Подготовила: учитель

физической культуры

Псалмова Ирина

Владимировна

Починки 2015 г.

**Цели и задачи:**

- развить у обучающихся представления о назначении и истории комплекса «Готов к труду и обороне», его структуре;

- сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом;

- содействовать формированию у школьников понятия о здоровом образе жизни и способах сохранения и укрепления здоровья.

**Форма проведения:** спортивные соревнования в виде тестирования, презентация комплекса ГТО

**Место проведения:** актовый зал, спортивный зал

**Оборудование:** ноутбук, проектор, экран, гимнастическая перекладина, маты гимнастические, рулетка, секундомеры, мячи набивные

**Участники:** обучающиеся 5-9 классов

**Судьи:** обучающиеся 10-11 классов, учителя физической культуры

**Ход мероприятия.**

**1. Подготовительный этап**

Для проведения Единого дня ГТО готовится презентация об истории возникновения комплекса ГТО, его истории и значении в жизни советского общества, развитии и задачах комплекса ГТО в современных условиях.

В спортивном зале для проведения спортивных испытаний выставляются следующие станции:

1. Подтягивания на высокой (низкой) перекладине;

2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания);

3. Подъем туловища из положения лежа на спине руки за головой (пресс);

4. Прыжок в длину с места;

5. Гибкость.

Перед соревнованиями проводится инструктаж судей об особенностях тестирования по каждому из видов, порядке заполнения протоколов и определения победителей.

**2. Основной этап**

**Открытие Единого дня ГТО.**

**Ведущий 1.** Добрый день, дорогие друзья! Мы рады приветствовать вас на окрытии праздника ГТО в нашей школе!

**Ведущий 2.** Многие из вас, наверняка, захотят задать вопрос: «А что это такое, ГТО?» Сейчас мы постараемся на него ответить.

**Ведущий 1.** Днём рождения комплекса принято считать 11 марта 1931 года, когда комплекс был утверждён Всесоюзным советом физической культуры (ВСФК) при Центральном исполнительном комитете (ЦИК) СССР. Однако возник он не на пустом месте, поэтому историческую нить можно протянуть прямо ко времени возникновения на карте мира Советской республики.

**Ведущий 2.** После революции новая страна с одной стороны оказалась в окружении враждебных капиталистических держав, с другой – была раздираема на части гражданской войной. Впрочем, и с её окончанием ни внутренние, ни внешние враги в СССР никогда не переводились. Чтобы им противостоять, нужны были защитники-воины, поэтому спорт никак не мог остаться вне поля зрения вождей пролетариата. Уже в 1918 году ЦИК издал декрет "Об обязательном обучении военному искусству", на волне которого начали возникать разные спортивные организации – ВСФК, КСИ – "Красный спортивный интернационал". Поэтому появление комплекса ГТО было лишь вопросом времени, равно как и его военизированный уклон, включавший лыжные походы с тактическим заданием, преодоление полосы препятствий в виде заборов и колючей проволоки, стрельба, метание гранат и так далее.

**Ведущий 1.** Становление комплекса проходило в период с 1931 по 1934 гг. Тогда же была заложена многоступенчатость ГТО. I ступень изначально включала в себя 21 испытание, при этом 13 из них имели фиксированные нормативы; II ступень — 24 испытания, 19 из которых с нормативами. Нормы ГТО разрабатывались для взрослого населения, однако и школьники не остались неохваченными. Специально для них был создан комплекс БГТО – "Будь готов к труду и обороне" — "в целях широкого развёртывания детского самодеятельного физкультурного движения, всестороннего физического развития пионеров и школьников, укрепления их организма и привития им физкультурных навыков". Нормативов было 13 плюс 3 критерия оценки. Успешно выполнившие нормы получали значки ГТО или БГТО, а позднее — удостоверения.

**Ведущий 2.** На протяжении 60 лет комплекс ГТО многократно дорабатывался из расчёта разных возрастных групп, климатических особенностей территорий и политической ситуации на мировой арене. В 1940 году для получения значка ГТО I ступени нужно было пройти 14 испытаний, II ступени — 15, а для БГТО – 11. В послевоенное время для ГТО I и II осталось по 9 нормативов, для БГТО – 7. Зато были введены оценки "сдано" и "с отличием" и соответствующие значки.

**Ведущий 1.** 50-е стали для ГТО золотыми годами. Комплекс активно внедрялся в систему обучения, массовый и профессиональный спорт. В стране начали проводиться областные и всесоюзные чемпионаты по многоборью ГТО. Однако самые значительные изменения в структуре комплекса последовали в 1972 году. В новом издании были охвачены почти все слои населения — от 10 до 60 лет. Теперь каждой возрастной группе соответствовала своя ступень и каждая имела научное обоснование.

I ступень – "Смелые и ловкие" – 10-11 и 12-13 лет;

II ступень – "Спортивная смена" – 14-15 лет;

III ступень – "Сила и мужество" – 16-18 лет;

IV ступень – "Физическое совершенство" – мужчины 19-28 и 29-39 лет, женщины 19-28 и 29-34 лет;

V ступень – "Бодрость и здоровье" – мужчины 40-60 лет, женщины 35-55 лет.

**Ведущий 2.** Постепенно популярность ГТО стала угасать. К 1988 году число норм сократилось до трёх, а возрастные категории укладывались в диапазон от 10 до 27 лет. О комплексе благополучно забыли на 20 лет. Однако в прошлом году он вновь о себе напомнил. Точнее, это сделал президент России В.В. Путин, предложивший вернуть ГТО в школы, а также учитывать результаты при поступлении в ВУЗы. У этой инициативы сразу появились как сторонники, так и ярые противники. Мы же, не углубляясь в полемику, решили просто попробовать провести день ГТО в нашей школе.

**Ведущий 1.** И хотя повсеместно комплекс ГТО будет введен только в 2017 году, мы решили провести это мероприятие уже сегодня!

**(Демонстрация видеороликов «Я выбираю ГТО» )**

**Ведущий 1.** Дорогие друзья, мы приглашаем вас в спортивный зал для проведения спортивной части Единого дня ГТО!

**Ведущий 2.** И пусть всем сопутствует удача!

**Тестирование по нормативам комплекса ГТО.**

**Общее построение в спортивном зале.**

**Учитель физкультуры:** Школа! Равняйсь! Смирно!

**(Доклад о готовности школы к проведению Единого дня ГТО директору школы).**

Вольно!

Слово для приветствия и открытия спортивной части соревнований предоставляется директору школы (Ф.И.О.)

**(Приветственное слово директора школы)**

**Учитель физической культуры:** Школа! Смирно! Право поднять государственный флаг Российской Федерации предоставляется лучшим спортсменам школы (Ф.И.). На флаг! Государственный Флаг Российской Федерации поднять!

**(Подъем флага. Звучит гимн Российской Федерации)**

Учитель физкультуры объясняет порядок проведения тестирования и представляет судей на станциях. Также разъясняется порядок подсчета результатов и внесения их в протокол соревнований и личный сертификат участника.

(**Соревнования проводятся в личном и командном зачете. В командный зачет включаются по три лучших результата мальчиков и девочек класса).**

**Закрытие праздника ГТО.**

**Общее построение в спортивном зале.**

**Ведущий 1.** Вот и подходит к завершению наш первый и надеюсь, теперь уже традиционный праздник ГТО.

**Ведущий 2.** Сегодня каждый из вас попробовал свои силы лишь в некоторых видах, но как показывают результаты, оставшиеся виды будут вам по плечу!

**Ведущий 1.** Но соревнования есть соревнования! В них обязательно должны быть победители и призеры. Проигравших сегодня не будет!

**Ведущий 2.** Для оглашения результатов соревнования ГТО слово предоставляется главному судье соревнований учителю физической культуры (Ф.И.О.)

**(Подводятся итоги соревнований и сдачи контрольных нормативов)**

Учителя физической культуры и директор школы проводят награждение призеров и победителей в отдельных видах по классам и в командном зачете среди 5-6 и 7-9 классов.

**Ведущий 1.** Наши соревнования завершены. Победители и призеры определены.

**Ведущий 2.** Осталось лишь закрыть наш спортивный праздник.

**Учитель физической культуры:** Для спуска Государственного флага Российской Федерации и закрытия наших соревнований приглашается команда \_\_\_\_ класса! Команда, на флаг! Государственный флаг Российской Федерации спустить!

**(Спуск флага)**

**Ведущие 1 и 2 (вместе)**: праздник ГТО закончен! До новых встреч!

**3. Заключительная часть.**

Подведение итогов соревнований на совещании при директоре. Определение степени выполнения, поставленных целей и задач. Обсуждение наиболее трудных моментов судейства с обучающимися 10-11 классов.