



**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Школа с углубленным изучением отдельных предметов  
№ 183 имени Р.Алексеева»**

Утверждаю:

ЗДВР

\_\_\_\_\_ Ж.Ю.Фуфаева

05.04.2016г

**Спортивный праздник «Мы встречаем ГТО»  
для учащихся 5 – 6 – 7-х классов**

Ильина С.Г

Нижний Новгород, 2016 г.

## Спортивный праздник «Мы готовы к ГТО»

### Положение

**Место проведения:** МАОУ «Школа с УИОП № 183 имени Р. Алексеева»

**Дата проведения:** 7 апреля 2016 г

**Участники:** Учащиеся 5 – 6 – 7 классов

#### **Цель:**

Формирование представлений о нормативах комплекса ГТО, создание условий для творческой самореализации

#### **Задачи:**

1. Мотивировать обучающихся на ведение здорового образа жизни, занятий физической культурой и спортом. Воспитывать ценностное отношение к здоровью.
2. Совершенствовать физические и волевые качества обучающихся, готовность к защите Отечества.
3. Внедрять Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» в систему образования.
3. Предупреждение правонарушений, антиобщественного поведения, развитие патриотизма и гражданственности.
4. Содействовать сплочению учащихся, развитию у них коллективизма, чувства ответственности.
5. Формировать навыки работы в команде, обогащение навыков общения, опыта публичных выступлений, социального взаимодействия
6. Стимулировать желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Зал украшен плакатами ГТО. Звучит музыка – «Спортивный марш».

Построение учащихся в спортивном зале.

Под звуки гимна поднимается флаг РФ.

**Ведущий:** Комплекс ГТО в СССР впервые был принят в 1931 году. К испытаниям на получение значка «Готов к труду и обороне» первоначально допускались мужчины не моложе 18 лет и женщины не моложе 17 лет.

Первый комплекс ГТО состоял всего из одной ступени и предполагал выполнение 21 испытания, 15 из которых носили практический характер.

Те, кто успешно выполнял испытания и был награжден значком ГТО.

Проект значка придуман 15-летним школьником В.Токтаровым, а окончательный эскиз разработан художником М.С.Ягужинским.

Первым обладателем знака ГТО I ступени стал знаменитый конькобежец Яков Федорович Мельников, первый заслуженный мастер спорта СССР чемпион России 1915 года, чемпион РСФСР 1918, 1919 и 1922 годов;

чемпион СССР 1924, 1927-28, 1932-35 годов; чемпион Европы 1927 года по конькобежному спорту.

В 1933 году ЦК ВЛКСМ предложил ввести комплекс испытаний по физической подготовке детей, как начальную ступень их физического развития. Детская ступень комплекса, получившая название «Будь готов к труду и обороне» (БГТО) начала работать с 1934 года. В нее вошли 16 норм спортивно-технического характера:

- бег на короткие и длинные дистанции;
- прыжки в длину и высоту с разбега;
- метание гранаты,
- бег на лыжах на 3-5 километров для мальчиков и 2-3 километра для девочек,
- ходьба в противогазе;
- гимнастические упражнения;
- лазание;
- подтягивание;
- упражнения на равновесие;
- поднятие и переноска тяжестей.

Нормативы изменялись и вносились изменения в 1940 г., 1947 г., 1955 г., 1965 г. Последний комплекс был принят в 1972 г. Он имел 5 возрастных ступеней: «Смелые и ловкие», «Спортивная смена», «Сила и мужество», «Физическое совершенство», «Бодрость и здоровье».

В 2014 году президент В. В. Путин подписал указ о возвращении системы ГТО. Для школьников будут проводиться испытания по 6 возрастным группам: в беге, подтягивании, отжиманиях, упражнениях на гибкость, прыжках, метаниях, беге на лыжах, плавании, стрельбе.

Организаторы современного проекта ГТО считают возрождение комплекса ГТО в учебных заведениях принципиально важным для формирования у молодого поколения целеустремленности и уверенности в своих силах.

Слово предоставляется заместителю директора по учебно-воспитательной работе Фуфаевой Ж.Ю. с пожеланиями спортивных успехов.

Концертная часть: Выступление учениц Карасевой Татьяны, Климентьевой Екатерины, (художественная гимнастика)

На площадке остаются команды-участницы, остальные учащиеся становятся зрителями, болельщиками и помощниками.

**Ведущий:**

Если сильный человек  
Духом, волей, телом,  
Нормативы ГТО он сдаёт умело.  
Бег, метанье и прыжки,  
Лыжи, отжимание  
Чтобы сделать, должен ты  
Проявить старание.  
В нормативы уложиться –  
Чтобы мог собой гордиться.  
Получил значок – и вот:  
Славный гражданин растёт.

*Салалеев Дмитрий, 5 «В» класс*

Построение команд участниц. Выдача карточек и маршрутных листов участникам праздника. Объяснение заданий на станциях. Выходит ведущий и задаёт вопросы командам по теме ГТО, если участники не могут ответить – помогают болельщики, которые приносят баллы команде.

**Вопросы:**

- 1.Что такое комплекс ГТО? (Готов к труду и обороне - основа системы физического воспитания, реализующая решения оздоровительных, спортивных, воспитательных и образовательных задач.)
2. Когда впервые был введён комплекс ГТО? (1931г.)
- 3.Кем придуман проект первого значка ГТО? (15-летним школьником В.Токтаровым).
- 4.Каким видом спорта занимался Яков Федорович Мельников первый обладатель значка ГТО 1 степени? (Конькобежный спорт)
- 5.Как называлась детская ступень, и в каком году она была введена? (БГТО «Будь готов к труду и обороне» 1934г).
6. Сколько ступеней включает в себя современный комплекс ГТО? (8 ступеней).

За каждый правильный ответ команде присваивается 1 балл.

**Ведущий** приглашает команды разойтись по станциям. На станциях стоят учителя физической культуры.

Построение команд – участниц. Выступление учениц с номером художественной гимнастики во время подсчёта баллов и определения победителя. Ведущий предоставляет слово судьям. Судьи подводят итоги и отмечают работу учащихся грамотами и призами. Организованный уход из зала по музыку.

**1 Станция** – Организатор станции раздаёт команде лист размером А4 и маркеры. Задание: Нарисовать символ, олицетворяющий комплекс ГТО – 1 минута (оценивается эстетичность рисунка из 5 баллов)

**2 станция** – Мальчики (подтягивание из виса на высокой перекладине) (количество раз)

Девочки (сгибание и разгибание рук в упоре) (количество раз)

Результат каждого суммируется.

**3 станция** – Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на скамье (см) Результат каждого суммируется.

**4 станция** - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)

Результат каждого суммируется.

**5 станция** – Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз) Результат каждого суммируется.

**Дополнительные задания:**

1. Организатор дает слово – ГТО. Участники должны из этого слова составить четверостишие – за 1 минуту.

2. Отгадать спортивные загадки. За правильно угаданный ответ – 1 балл.

а). Воздух режет ловко-ловко,

Палка справа, слева палка,

Ну а между них веревка.

Это длинная... (скакалка)

б) Соревнуемся в сноровке,

Мяч кидаем, скачем ловко,

Кувыркаемся при этом.

Так проходят... (эстафеты)

в) Руки врозь, а ноги вместе.

Бег, потом прыжки на месте.

Рассчитались по порядку,

Вот и все — конец... (зарядке)

г) По полю команды гоняют мяч,

Вратарь на воротах попался ловкач.

Никак не дает он забить мячом гол.

На поле играют мальчишки в (футбол)

д) Я за лето сил набрался

И значительно подрос,

Спортом много занимался,

Пробежал легко я (кросс)

**Оборудование и инвентарь:**

1. Гимнастические перекладины
2. Таблицы для определения гибкости
3. Резиновый коврик для прыжков в длину с места
4. Гимнастические скамейки
5. Брусок высотой 5 см (сгибание и разгибание рук в упоре лежа)
6. Гимнастические маты
7. Листы форматом А4
8. Маркеры
9. Мел
10. Рулетка

**Список использованной литературы:**

1. ГТО Официальный сайт
2. <http://vashechudo.ru/raznoe/zagadki/sportivnye-zagadki-dlja-detei-s-otvetami.html>