

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ  
КРЫМ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ**

**РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «АЛУПКИНСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА – ИНТЕРНАТ»**

298677, г. Ялта, г. Алупка, ул. Олега Кошевого, дом 1 тел (факс)-(0654) 72-57 49, e-mail[001.crimea@edu.ru](mailto:001.crimea@edu.ru)

## **Конспект урока**

### **«Основные сведения о комплексе ГТО»**

Подготовил:

классный руководитель 5 класса,

учитель физической культуры и ЛФК

Яковлева Дарья Александровна

2015

## Классный час «Основные сведения о комплексе ГТО»

### Цели:

- сформировать представление учащихся об истории возникновения и сути комплекса ГТО;
- формировать правильное представление о физической культуре в частности и здоровом образе жизни в целом, позитивное отношение к занятиям спортом;
- способствовать развитию патриотизма за свою страну.

Форма проведения открытый урок

### План урока:

1. Введение в тему.
2. Беседа по теме «Что такое ГТО»
3. Информационный блок: «Как, почему и зачем появился комплекс норм ГТО»
- 4 ГТО сегодня.
5. Интервью- беседа: «Влияние спорта на человека?»
6. Рефлексия.

### Ход открытого урока.

#### 1. Введение в тему

«Знак "ГТО" На груди у него, больше не знают о нем ничего». Это отрывок из поэмы, которая была написана в 1937 году Самуилом Маршакom, «Рассказ о неизвестном герое». На парне, спасшего из огня ребенка, как раз был значок ГТО. И строчка «Знак ГТО на груди у него» была понятна в то время любому взрослому человеку.

#### 2. Беседа по теме «Что такое ГТО»

**ГТО** – это Всесоюзное движение «Готов к труду и обороне» - программа физкультурной подготовки, которая существовала в нашей стране с 1931 года по 1991 год. 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.

Значки присуждались золотые и серебряные. У четвертой ступени дополнительно существовал золотой значок с отличием.

В целом комплекс был направлен на развитие ловкости, силы, смелости и упорства. На первой ступени для мальчиков и девочек 10–13 лет тренеры искали будущих звезд спорта.

II ступень предназначалась для подростков 14–15 лет. Помимо спортивных дисциплин можно было сдать норматив на туристические навыки, отправившись в поход.

III ступень сдавали учащиеся последних классов. От мальчиков требовалось выполнить нормативы, необходимые для службы в армии (в перечне категорий присутствовал марш - бросок).

IV ступень называлась «Физическое совершенство». Возрастные рамки: 19–39 лет у мужчин (подкатегории 19–28 и 29–39) и 19–34 лет женщин (подкатегории 19–28 и 29–34).

V ступень, «Бодрость и здоровье», сдавали мужчины от 40 лет и женщины от 35 лет. Главной задачей этой категории было сохранить крепкое здоровье. Серебряных значков здесь не было, только золотые.

С 77-го года во все ступени добавили спортивное ориентирование.

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.

### 3. Информационный блок: «Как, почему и зачем появился комплекс норм ГТО»

История комплекса ГТО началась, когда после победы Октябрьской Революции 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 последовавшие 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.

#### 4. 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. Выполнявшие нормативы комплекса будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия, а также получат 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.

Следует отметить, что при знакомой аббревиатуре ГТО обновленное название комплекса все же отличается от оригинального и звучит как: «Горжусь тобой, Отечество!». Формулировка названия комплекса несет в себе мощный посыл гражданам: не просто затрагивает физический аспект - быть в надлежащей спортивной форме, но и предоставляет моральную мотивацию. Речь идет о внимании человека к своей личной физической форме и соизмерении ее с осознанными задачами служения Отечеству. Это заставляет задуматься о смысле проекта – ввести в сферу физвоспитания миллионов людей точку отсчета, стимулировать посредством нормативов соблюдение ими определенных стандартов физического здоровья.

Государством запускается мощный план международных, всероссийских и региональных физкультурно-спортивных мероприятий, в ходе которых граждане будут выполнять ГТО-нормативы. Возрождение комплекса нормативов по физической подготовке - это безошибочный вариант, поскольку он замечательно себя зарекомендовал десятками лет. Старшее поколение до сих пор тепло вспоминает о нем. Именно его механизм стал началом превращения Советского Союза в ведущую спортивную державу. Сотни тысяч школьников, сдав ГТО-нормативы на достойном уровне, далее попадали в систему селекции спортивных школ. Потом для наиболее талантливых из них срабатывал принцип «социального лифта». Таким образом, многочисленные советские Олимпийские чемпионы и Чемпионы мира начинали с небольшого значка, вещающего об успешной сдаче ими физических тестов. Возрожденный комплекс имеет большее количество ступеней, чем его предшественник. Его цель - максимальный охват населения страны. Соответственно, данный проект охватывает собой больший, чем его предшественник, возрастной диапазон: от 6 лет, до возраста, превышающего 70 лет. Возвращение ГТО в Россию востребовано временем и социальными факторами. Здоровье народа бесценно, и его фундамент закладывается, в том числе и подобными общегосударственными мероприятиями регулярного характера.

## 5. Интервью- беседа: «Влияние спорта на человека?»

А теперь, ребята, прошу вас дать интервью.

Каким образом спорт влияет на физическое и духовное развитие человека?  
(Ответы детей).

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

## 6. Рефлексия

Комплекс ГТО, о котором вы сегодня узнали, был когда-то хорошо известен вашим бабушкам и дедушкам. Чемпионы ГТО были кумирами всей страны. Ими восхищались, им подражали, с них брали пример. Какие чувства вы испытывали, знакомясь с ГТО? Хотели бы вы получить значок ГТО? (Ответы детей).

Желаю вам успехов в спорте, в скором времени сдать нормы ГТО и получить золотые значки! Спасибо за внимание.