**Сценарий проведения Всероссийского урока ГТО**

**«Нормы ГТО-нормы жизни»**

СЛАЙД 1

Ребята! Сегодня в День знаний в школах всей нашей страны проводится Всероссийский урок ГТО.

«Нормы ГТО – нормы жизни!» – так звучал лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия физкультурой и спортом.

СЛАЙД 2

**Знаете ли Вы ребята, что такое ГТО? Как зарождался Всесоюзный физкультурный комплекс ГТО?**

(***Ответы детей***)

Три заглавные буквы ГТО расшифровываются как «Готов к труду и обороне».Это **-** программа физкультурной подготовки с 1931 года по 1991 год, которая охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет.

Первостепенная задача внедрения ГТО – достижение массовой заинтересованности в занятиях спортом.

Днем зарождения физкультурно-оздоровительного движения считается 24 мая 1930 года. Именно тогда в газете «Комсомольская правда» были опубликованы первые материалы по этому важному вопросу.

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.

В 1934 году для школьников разработали нормативы БГТО – «Будь готов к труду и обороне», которые стали базовой ступенью комплекса. Помимо чисто спортивных зачетов учащиеся должны были иметь знания по оказанию первой помощи, уметь проводить занятия по физкультуре и судить определенные виды спорта.

**Есть ли среди ваших родственников, знакомых обладатели значков ГТО?**

(***Ответы детей***)

**Для чего возрождают комплекс ГТО? Нужен ли он стране?**

(***Ответы детей***)

СЛАЙД 3

4 марта 2014 года вышел Указ Президента Российской Федерации о введении в действие с 1 сентября 2014 г. в нашей стране Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Развитие физической культуры и спорта – важнейшая задача государства. Она направлена на воплощение в жизнь ценностей и норм здорового образа жизни, на укрепление здоровья россиян.

Особенно актуальным это становится сейчас. По официальным данным Минздрава, только один из десяти выпускников школы не имеет проблем со здоровьем. Например, за 11 лет обучения в школе в несколько раз увеличивается количество детей с нарушением зрения, осанки, органов пищеварения, нервной системы.

Государство серьезно обеспокоено состоянием здоровья подрастающего поколения. Здоровье – это возможность получения той профессии, о которой ты мечтаешь, возможность быть полезным своей стране, возможность путешествовать, заниматься любимым делом, иметь хорошую семью, здоровых детей.

Конечно, это зависит не только от здоровья, но, как говорили древние: «В здоровом теле – здоровый дух».

СЛАЙД 4

**Для чего возрождают комплекс ГТО в нашей стране?**

(***Ответы детей***)

Основной целью возрождения ГТО в нашей стране является увеличение числа граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни, популяризация спорта, готовность к защите своей страны.

Патриотическое и практическое содержание комплекса ГТО прошло суровую проверку в огне Великой Отечественной войны. Благодаря ГТО миллионы советских людей получили навыки маршевой, лыжной, стрелковой подготовки, плавания, метания гранат, преодоления водных преград и препятствий. Это помогло им в минимальные сроки овладеть военным делом, стать снайперами, разведчиками, танкистами, летчиками. Скромный значок ГТО для многих из них стал первой наградой, к которой позднее добавились ордена за подвиги в труде и бою.

В перспективе к 2020 году доля учащихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом будет составлять 80%. Для школьников комплекс ГТО и действующие в настоящее время Всероссийские соревнования школьников – «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры» - станут взаимодополняющими.

СЛАЙД 5

На этом слайде вы видите, на каких принципах основывается комплекс ГТО (добровольность и доступность, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей), что входит в его содержание (нормативы ГТО и спортивных разрядов, система тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп).

**Кто знает, какие испытания включены в состав комплекса ГТО?**

(***Ответы детей***)

Комплекс предусматривает подготовку и выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп от 6 до 70 лет и старше.

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения бронзового, серебряного или золотого знака.

Первые 5 ступеней ориентированы на школьников: 1-ая ступень предназначена для детей 6-8 лет, 2-ая – 9-10 лет, 3-я – 11-12 лет, 4-я – 13-15 лет, 5-я – 16-17 лет.

Все испытания (тесты) делятся на обязательные (бег, наклоны вперед, подтягивание) и по выбору (прыжок в длину, метание, стрельба, лыжи, плавание и др.). Все эти дисциплины направлены на развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости и координации.

Тесты ориентированы на особенности местности, в которой живут люди. Например, в бесснежных районах вместо испытания по лыжам сдают кросс по пересеченной местности.

Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму. Практически все они включены в школьную программу.

Для того чтобы получить значок, необходимо в зависимости от возрастных групп и от пола сдать от 6 до 8 тестов по определенным для каждого значка, зафиксированным в комплексе нормам.

**Ребята, готовитесь ли вы к сдаче нормативов? Как вы считаете, чтобы сдать нормы, достаточно ли уроков физкультуры?**

(***Ответы детей***)

В концепции комплекса ГТО разработаны нормативы по тренировкам, по тому, сколько времени надо заниматься, какие упражнения делать, чтобы быть в хорошей физической форме.

Можно заниматься самостоятельно, можно заниматься в секциях, в спортивных клубах при школах. Все варианты хороши, поскольку ведут к выполнению одной очень важной задачи – укреплению здоровья жителей нашей страны и, самое главное, детей.

Есть свои минимальные нормы ГТО даже для тех ребят, которые освобождены от занятий физкультурой. Если захотят, то они могут их сдать. И это правильно, поскольку дает выбор школьнику, а также дает направление на укрепление здоровья.

СЛАЙД 6

**Знаете ли вы, сколько знаков отличия у нового комплекса?**

(***Ответы детей***)

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

В истории ГТО значки были выданы в первый же год существования комплекса, их получили 24 тысячи человек. Самым первым значок получил ***Яков Мельников, конькобежец***, который получил бронзу на чемпионате мира в 1923 году. К слову, у него, кроме этой победы, было еще 27 национальных рекордов.

Значки ГТО молодые люди носили с гордостью, поскольку сдать нормы ГТО считалось одним из высших достижений.

В настоящее время значок ГТО получил новый дизайн.  Он 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 c изображением восходящего солнца.

Наличие у абитуриента значка ГТО будет учитываться при поступлении в вузы. Студентам, имеющим золотые значки ГТО, может быть назначена повышенная стипендия.

СЛАЙД 7

О значимости возрождения комплекса ГТО для укрепления здоровья молодежи говорят многие знаменитые люди. (***цитата на слайде***).

По распоряжению Губернатора внедрение комплекса ГТО в нашем регионе началось в сентябре прошлого года. 9 сентября в Хабаровске на  Комсомольской площади прошел большой спортивный праздник, посвященный старту комплекса ГТО. В нем участвовало более 600 человек, среди которых обучающиеся общеобразовательных организаций, спортивных школ, а также юнармейцы, соревновавшиеся в игре «Зарница». 30 юнармейцев в этот день сдали нормы ГТО.

Популярность здорового образа жизни в крае столице растет с каждым днем. Систематически занимаются спортом более 70 тысяч жителей края. И их количество только увеличивается. Правительство края настроено к 2020 году заинтересовать здоровым образом жизни каждого третьего вологжанина.

СЛАЙД 8

243 обучающихся из 19 районов края стали в июне 2015 участниками Первого краевого фестиваля «Готов к труду и обороне». По итогам фестиваля была сформирована сборная команда края.

СЛАЙД 9

Думаю, все согласятся с тем, что никто не сможет помешать человеку вести здоровый образ жизни, если поставлена цель и определены задачи.

Заниматься спортом модно и престижно. И чем раньше человек поймет, как важно для него быть здоровым, тем большего он сможет достичь в жизни, тем больше он сможет сделать для своего Отечества.

И не сомневаюсь, что этому будет способствовать возрождение физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Надеюсь, что вы будете принимать активное участие во всех мероприятиях, сдадите нормы ГТО, получите значки и будете здоровыми, успешными гражданами нашей страны и любимого Дальнего Востока!