**«История комплекса ГТО»**

**для 5-11 классов**

**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.

**Слайд №1**

**Введение в тему**

Мы сейчас послушаем отрывок из поэмы С.Я. Маршака «Рассказ о неизвестном герое», который настроит нас на сегодняшний разговор.

(Звучит отрывок из поэмы). (Видео прилагается отдельным файлом).

**Слайд№2**

**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).

**Слайд№3**

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.

**Слайд№4**

**3. Информационный блок.**

**«Как и почему появился комплекс ГТО»**

В 30-е годы зарождение ГТО пришлось как раз кстати, в стране велась гражданская война, и очень важно было сплотить народ.

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.

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, выполняющие физические упражнения Комплекса должны были знать основы советского физкультурного движения и военного дела.

**Слайд№5**

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 году - 465 тысяч физкультурников;

- 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.

**Слайд№6**

В первом Комплексе ГТО знаки отличия имели 5 ступеней и были только золотой и серебряный, а также был знак «Отличник ГТО».

В 1934 году был учрежден знак «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.

**Слайд№7**

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.

Когда началась Великая Отечественная война, именно значкисты ГТО оказались самыми умелыми и надежными защитниками Отечества. «Значок ГТО, меткого стрелка, отважного парашютиста вызывал огромное уважение. И я твердо убежден, что отлично поставленная военно-спортивная работа во многом помогала советским людям выдержать великий экзамен, каким была для всех нас война...» Слова великого маршала К.К. Рокоссовского.

**Слайд№8**

**«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.

**Слайд №9**

**«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.

Что такое ГТО?

Комплекс ГТО - это совокупность упражнений, направленных на поднятие морального духа и повышение физической подготовки. Нормы (нормативы) ГТО - установленные для разных возрастов показатели уровня физической подготовки человека.

Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

**Слайд №10**

Выполнившие 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.

**Слайд №11**

Современный комплекс ГТО включает в себя виды испытаний (тесты), нормативы на развитие жизненно важных физических качеств человека, которые помогают успешно справляться с умственными нагрузками в школе, с физическими нагрузками на работе. Развитие физических качеств помогают быть более успешными в различных сферах деятельности и повышает работоспособность.

**Слайд №12**

Что бы получить знак отличия Комплекса ГТО сегодня необходимо сделать 5 шагов.

1 шаг - регистрируйся на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru)

2 шаг - подать заявку в Центр тестирования ВФСК ГТО в Нижнем Тагиле по телефону 8(3435)23-00-31, по электронной почте [gto-nt@mail.ru](mailto:gto-nt@mail.ru), непосредственно в Центр тестирования по адресу: Уральский проспект, 65

(QR код на первом слайде группы ГТО Нижний Тагил в Контакте)

3 шаг - получить медицинский допуск (от участкового терапевта по месту жительства)

4 шаг - выполнение испытаний (тестов), нормативов Комплекса ГТО

5 шаг - получить знак отличия в торжественной обстановке

**Слайд №13**

Заключительный слайд

**Заключительная беседа.**

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!