

## **Разработка классного часа «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»**

Цель: продвижения ценностей здорового образа жизни и укрепления здоровья детей и взрослых.

Подготовительная работа:

Классный руководитель готовит презентацию, печатает буклеты, скачивает видеоролики и записывают музыку, привлекает учеников 10 класса (агитбригада) к проведению мероприятия.

### **Ход мероприятия.**

#### **1. Выступление агитбригады.**

*Звучит милицейская сирена. По очереди на сцену с разных сторон выбегают 4 старшеклассника в белых футболках и кепках.*

**1 ученик:** Ищут пожарные!

**2 ученик:** Ищет милиция!

**3 ученик:** Ищут фотографы

В нашей столице...

**4 ученик:** Ищут давно,

Но не могут найти

Парня какого-то

Лет двадцати.

**1 ученик:** Среднего роста,

Плечистый и крепкий,

**2 ученик:** Ходит он в белой

Футболке и кепке.

**3 ученик:** Знак "ГТО"

На груди у него.

**Вместе:** Больше не знают

О нем ничего...

**1 ученик:** Многие парни  
Плечисты и крепки.

**2 ученик:** Многие носят  
Футболки и кепки.

**3 ученик:** Но вот что такое  
Значок «ГТО» ?

**4 ученик:** Об этом не знаем мы

**Вместе:** НИЧЕГО!

**1 ученик:** Ребята! Кто-нибудь знает, что такое ГТО?

**2 ученик:** Может быть Главный Творец Образования?

**3 ученик:** Нет, это министр образования ! Он не ходит в футболке и кепке.... А может быть это Гениальный Талантливый Отличник?

**4 ученик:** Нууу, тогда это я! Но никакого значка у меня нет!

## **2. Из истории движения ГТО.**

*Слайд 3-11*

**Классный руководитель:** Что же такое ГТО? Может быть, ваши дедушки и бабушки сдавали нормы ГТО и рассказывали вам об этом?

ГТО – это Всесоюзное движение «Готов к труду и обороне» - программа физкультурной подготовки, которая существовала в нашей стране 60 лет.

А начиналось все в далеком 1931 году...

*Фрагмент из фильма «История ГТО. ГТО в России» ([www.youtube.com](http://www.youtube.com))*

В первые же годы участниками программы ГТО стали больше 6 миллионов человек.

Комплекс ГТО сдавали и взрослые и дети. В советском Союзе существовало 5 ступеней нормативов, которые зависели от возраста участников.

Сдавать нужно было самые разные виды упражнений. Бег, прыжки в длину и в высоту, плавание и метание мяча, лыжные гонки, подтягивание на перекладине, стрельба.

: Выпускник! Будь готов пробежать 100 метров за 13 секунд!

: Призывник! Будь готов пробежать на лыжах 10 километров!

: Дедушка! Будь готов проплыть 100 метров!

**Вместе:** Будь сильным, выносливым, ловким!

**Классный руководитель:** Сдавая нормы ГТО, миллионы юношей и девушек приобрели всестороннюю физическую подготовку и закалку. Сдача нормативов подтверждалась специальными серебряными и золотыми значками ГТО. Те, кто сдавал нормативы в течение нескольких лет, получали значок «Почетный значок ГТО».

Сегодня такой значок – это большая редкость. Но мы приглашаем вас на виртуальную экскурсию в необычный музей, где вы можете увидеть не только значок, но и другие необычные вещи, связанные с программой ГТО.

*Фрагмент из фильма «История спортивного ордена ГТО». Выступление директора Центрального музея физической культуры и спорта Е.Истягоной –Елисеевой. – 2 мин.30 сек.*

«От значка ГТО – к олимпийской медали!» - так звучал лозунг, вдохновлявший миллионы людей на занятия спортом. Многие замечательные советские спортсмены начинали свою спортивную карьеру с норм ГТО.

Среди людей, которые получали значки ГТО, были известные артисты и композиторы, писатели и художники.

Когда началась Великая Отечественная война, именно значкисты ГТО оказались самыми умелыми и надежными защитниками Отечества. Маршал Советского Союза, дважды Герой Советского Союза Константин Константинович Рокоссовский писал: «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...»

По Указу Президента РФ с 1 сентября 2014 года в нашей стране

вводится Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Выполнившие нормативы комплекса будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия. Получение такого значка может стать бонусом при поступлении в институт.

*Слайд 12. Музыка И. Дунаевский «Спортивный марш».*

### **3. Движение сегодня.**

Структура нового комплекса ГТО включает следующие ступени:

1 ступень "Играй и двигайся» для детей 6-8 лет

2 ступень "Стартуют все" для ребят 9-10 лет

3 ступень "Смелые и ловкие" для учеников 5-6 классов

4 ступень " Олимпийские надежды " для спортсменов 13-15 лет

5 ступень "Сила и грация" для старшеклассников 16-17 лет

6 ступень "Физическое совершенство" для молодых людей 18-30 лет

7 ступень "Бодрость и здоровье " для активных людей 41-50 лет

И последняя 8 ступень "Здоровье и долголетие" для бодрых духом и телом людей 51-55 лет и старше.

**1 учащийся:** А упражнения, которые надо выполнить, всем вам хорошо знакомы по урокам физкультуры.

*Слайд 13-14 (ребята встают с мест и повторяют движения со слайдов презентации)*

Скручивания!

Отжимания!

Прыжки в длину!

Приседания!

### **4. Заключительный. Выступление агитбригады.**

**1 ученик** Новый день стучит в окно,

Новый день будить нас рад,  
Получить скорей спеши  
Свежей бодрости заряд.

**2 ученик** Если хочешь быть здоровым

Без таблеток, без больниц  
Спорт откроет мир огромный  
Мир, не знающий границ.

**3 ученик** На пробежку марш бегом!

Прочь тоска, унынье, лень.  
Нет - болезням! Да - здоровью!  
Каждый миг и каждый день!

**4 ученик** Если вышел ты на старт,

Позови с собой друзей.  
Нормативы ГТО сдавать

**ВСЕ ВМЕСТЕ:** Вместе веселей.

Звучит музыка: *Н.Н. Добронравова , А.Н. Пахмутовой «Герои спорта»*

**В разработке классного часа использованы :**

Стихи С.Я.Маршака «Рассказ о неизвестном герое»

<http://lukoshko.net/marshak/marsrd16.shtml>

Стихотворение Е.Комаровой ([wiki.soiro.ru](http://wiki.soiro.ru))

Видеофильм «История спортивного ордена ГТО» ([www.youtube.com](http://www.youtube.com))

Видеофильм «История ГТО. ГТО в России» ([www.youtube.com](http://www.youtube.com))

А также материалы с сайтов:

<http://www.the-village.ru/village/situation/situation/168187-putin>

**Музыка:**

И.Дунаевский «Спортивный марш»

Н.Н.Добронравов , А.Н. Пахмутова «Герои спорта»