

ПЛАН – КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО УРОКА – ЛЕКЦИИ ПОСВЯЩЁННОГО АКЦИИ "МЫ ГОТОВЫ К ГТО"

Цели:

- Формирование интереса детей к здоровому образу жизни.
- Способствовать воспитанию бережного отношения к собственному здоровью.
- Воспитывать чувство коллективизма, настойчивости в достижении поставленной цели.

Задачи :

- Повышать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.
- Воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе и уверенность в своих силах.
- Формирование патриотического самосознания .
- Учить получать радость от своих результатов.
- Развивать эмоциональную отзывчивость, сопереживание.

Место проведения: актовый зал школы

Возраст: 5-11 классы

Оборудование : мультимедийная установка для показа видеofilmа и слайдов, два стула, верёвка, мел.

Ход урока

Показ файла №1

Учитель: Здравствуйте дети и дорогие гости! Хочу представить наших гостей. Мастер спорта по прыжкам на батуте Левченко Никита Андреевич, Кандидат в мастера спорта по лыжам Юрчикова Владиславовна, Президент Тверской областной федерации флорбола Мелёхин Сергей Анатольевич. Поприветствуем их. И первый вопрос к ребятам. Ребята, как называется наша Родина?

Дети: Россия.

Учитель: Правильно, Россия. Когда празднуется день Независимости?

Дети: 12 июня

Учитель: Ребята, а что необходимо делать с детства, чтобы быть способным к её защите?

Дети: Заниматься спортом, делать зарядку.

Учитель: Ребята. Вы знаете, как зовут Президента РФ?

Ответы детей.

Учитель: Правильно, Владимир Владимирович Путин. Президент России своим Указом от 24 марта 2014 года распорядился ввести в действие

физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО. Запомните эти буквы).

Учитель: Правильно. Вот поэтому в нашей стране возродили Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне".

Всех россиян этот комплекс призывает стать здоровыми и подтянутыми. Недавно среди учащихся начальных классов проводился опрос. В нём приняли участие около 50 - учеников. И один из вопросов звучал так: "Знаете ли вы что такое ГТО ?"

Выяснилось что всего 15% смогли ответить на него правильно.

А опрос родителей 3 кл. А показал следующие результаты:

Что в ваших семьях знают про ГТО.

Было опрошено всего - 19 семей (46 чел.)

| Категория | Количество опрошенных | Знают про ГТО | Слышали | Имели значки ГТО |
|-----------|-----------------------|---------------|---------|------------------|
| бабушки | 17 | 17 | 17 | 15 |
| дедушки | 9 | 9 | 9 | 9 |
| мамы | 11 | 6 | 11 | 2 |
| папы | 9 | 8 | 9 | 3 |

Учитель: Я считаю, что ваши родные достаточно знают про ГТО. И это здорово.

Сейчас мы посмотрим не большой фильм об истории этого комплекса

ПОКАЗ ФИЛЬМА

А сейчас я хочу предложить вам посмотреть презентацию о ГТО.

Показ презентации

Слайд №1

Слайд №2

Слайд №3 – По указу президента в 2014 году наше правительство разработало положение о воссоздании комплекса ГТО

Слайд №4 – Главной целью комплекса ГТО является увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Слайд №5 - Содержание комплекса – нормативы ГТО и спортивных разрядов, система тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп.

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.

Слайд №6 - Содержание комплекса вы можете увидеть на этом слайде и для вас предусмотрены первые 3 степени

Слайдах №7;8 – Виды испытания для вас вы можете увидеть на этом слайде
Это:

- Бег на 60 м.
- Бег на 2 км. Или бег 3 км без учёта времени
- Прыжок в длину с места
- Подтягивание на выс. перекладине у мал., на низкой е дев.
- Отжимание е дев.
- Наклоны вперёд из полож.стоя

И несколько тестов по выбору

Слайд№9 - ГТО — это программа физической подготовки, которая существовала не только в общеобразовательных, но и в спортивных, профильных, профессиональных организациях Советского Союза.

Просуществовала ГТО ровно 60 лет, успев стать частью жизни нескольких поколений наших соотечественников. Сегодня, после 23 лет забвения ГТО возвращается в школы, в высшие учебные заведения, в жизнь каждого гражданина, занимая важные позиции в качестве показателя успеваемости абитуриента.

Слайды№10-12 Показывают историю комплекса ГТО

А сейчас я предлагаю вам поучаствовать в конкурсах на силу и гибкость

- 1. Кто дальше прыгнет (от каждого класса по 3 чел.)**
- 2. Самый сильный (пары: мальчик, девочка)**
- 3. Самая гибкая**

ВРУЧЕНИЕ ГРАМОТ,