Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №18» г. Балаково Саратовской области

 Тема: Готов к труду и обороне

 Выполнил классный руководитель 5б класса:

 Федорова А.А.

2015-2016 учебный год

Балаково

**Задачи:**

* познакомить детей с классным руководителем,

 • познакомиться с детьми;

 • познакомить с новыми предметами;

 • формировать у детей положительную оценку своего классного коллектива;

 • создать благоприятный климат в классе, атмосферу доверия, непринужденности, искренности;

 • снять психологическое напряжение в новом коллективе;

 • зарядить доброй, положительной энергией в начале учебного года;

 • подготовить пятиклассников к коллективному планированию и организации жизни класса

* познакомить учеников с важнейшими жизненными ценностями позволяющими быть активным гражданином своей страны, способным противостоять негативным воздействиям агрессивной внешней среды; убедить в необходимости здорового образа жизни, формированию волевых качеств личности, необходимости занятий физкультурой и спортом; воспитывать чувство патриотизма, желание приумножать достижения своего народа.

**Оборудование:** компьютерная презентация «ГТО», воздушные шары, таблица нормативов ГТО.

**ДЕВИЗ УРОКА: «Здоровая нация – процветание России!**

 **А ты готов к труду и обороне?»**

1. **Организационный момент**

**Вступительная часть (вступительное слово классного руководителя)**

 Здравствуйте, дорогие пятиклассники, родители, гости! Сегодня вся страна отмечает День Знаний. Для вас – это необычный день, потому что сегодня вы впервые переступили порог старшей (средней) школы. А теперь, разрешите представиться: Федорова А.А. Этот день необычен и для меня, так как, перешагнув порог школы сегодня, 1 сентября, я стала вашим классным руководителем. И я начинаю пресс- конференцию. В роли журналистов будете выступать вы, ребята и ваши родители. Вы можете задавать мне свои вопросы, если хотите узнать обо мне больше информации. Только прежде чем задать мне свой вопрос, назовите, пожалуйста, свои имя и фамилию. На этом пресс-конференция закончилась. Спасибо за вопросы. Впереди у нас много школьного времени и совместных дел, которые помогут вам узнать меня лучше. 5-й класс – это первая ступенька старшей школы, но постепенно, поднимаясь со ступеньки на ступеньку, вы станете выпускниками школы. Знания, полученные в школе, помогут вам выбрать профессию, стать уважаемыми людьми, принести пользу нашей стране!

 **II. Вступительная беседа о ГТО.**

- Сегодня на уроке мы с вами постараемся разобраться, что же такое ГТО? 1000 лет назад великий врач Древнего Востока Авиценна писал:

 С гимнастикой дружи, всегда веселым будь,

 И проживешь 100 лет, а может быть, и более.

 Микстуры, порошки – к здоровью ложный путь.

 Природою лечись – в саду и чистом поле.

Здоровье – это одна из важнейших ценностей человека, залог его благополучия и долголетия. Здоровый человек хорошо работает, учиться, он радуется жизни, может путешествовать и познавать окружающий мир, принести пользу себе и окружающим.

- Как вы думаете, ребята, а от чего же зависит здоровье?

- Как вы думаете, правительство России заботится о здоровье своего народа?

 - Почему наше государство заботится о том, чтобы его граждане были здоровы?

 Так вот для этой цели и служит комплекс ГТО.

1. **Основная часть**
2. **ГТО – история создания, цели и задачи.**

*(Работа с компьютерной презентацией)* **(Слайд 1)**

**Рассказ учителя:**

**(Слайд 2) ГТО** — программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях. Программа ГТО была создана в Советском Союзе и просуществовала с 1931 до 1991 г. Она охватывала население от 10 до 60 лет. В ней предусматривалось всестороннее физическое развитие населения страны, укрепление и сохранение здоровья, подготовка к труду и защите Родины. Как известно, «в здоровом теле - здоровый дух», поэтому, сдача нормативов ГТО способствовала формированию духовного и морального облика советского человека.

**(Слайд 3,4) Цель комплекса ГТО** – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

**Задача** – массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

**Принципы** – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

 **(Слайд 5)** В 2014 году Президент Российской Федерации Владимир Путин подписал указ о возвращении системы ГТО. **Владимир Путин** заявил о том, что, несмотря на усилия по продвижению ценностей здорового образа жизни, сейчас многие дети имеют хронические заболевания, и ситуация с массовым и с детским спортом требует серьезных изменений.

**(Слайд 6)** В программе ГТО существовало определенное количество испытаний и нормативов, распределенных по уровням сложности среди разных возрастных групп. Нормативы и требования комплекса ГТО периодически изменялись и дополнялись. В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком «ГТО», выполняющие нормативы в течение ряда лет - «Почётным значком ГТО»

**(Слайд 7)** Первоначально, значки ГТО изготавливались штамповкой из меди или латуни с применением горячих эмалей: объемные значки (3Д) с полупрозрачными эмалями. Причем внешний вид знаков ГТО изменялся, пока значки не приобрели свой окончательный вид. Физкультура и спорт в Советском Союзе имели массовый характер, и комплексам ГТО придавалось важное значение. Последняя форма значков наиболее известная: такие значки выпускались огромными тиражами, купить такой значок было практически невозможно.

**(Слайд 8)** Чтобы получить значок советские граждане должны были сдавать нормативы по бегу, метанию гранаты, плаванию, отжиманию, бегу на лыжах, стрельбе и т. д. Получение и дальнейшее ношение значка ГТО было почетным. К концу 1934 года в стране уже было более трех миллионов значкистов. Следует добавить, что сдача норм ГТО, а тем более получение золотого значка обеспечивали не только всеобщее уважение, но и, безусловно, открывали дорогу в большой спорт.

**(Слайд 9)** «От значка ГТО - к олимпийской медали!», - так гласил лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия спортом, как минимум утренней гимнастикой. Во времена обязательных нормативов ГТО граждане СССР претендовали на медали на многих международных соревнованиях, становились рекордсменами почти во всех видах спорта.

**(Слайд 10)** Сдача нормативов подтверждалась специальными значками – серебряными и золотыми значками ГТО. Те, кто сдавал нормативы в течение нескольких лет, получали значок «Почётный значок ГТО».

**(Слайд 11)** В 1972 годы значок ГТО в России имели более 58 миллионов человек.

**(Слайд 12)** 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.

1. Мальчики и девочки от 6 до 8 лет.
2. То же от 9 до 10 лет.
3. То же от 11 до 12 лет.
4. Юноши и девушки от 13 до 15 лет.
5. То же от 16 до 17 лет.
6. Мужчины и женщины от 18 до 29 лет.
7. То же от 30 до 39 лет.
8. То же от 40 до 49 лет.
9. То же от 50 до 59 лет.
10. То же от 60 до 69 лет.
11. То же старше 70 лет.

**(Слайд 13) Нормативы ГТО.**

*(Работа с таблицей нормативов)*

*Таблица вывешивается на доске, ученики определяют нормативы для своего возраста и сравнивают их со своими достижениями в виде анкеты ./*Приложение1/

**ФИЗКУЛЬТМИНУТКА**

*(под музыку «Выше, сильнее, быстрее»)*

Если хочешь быть здоров, не бояться докторов,

По утрам ты поднимайся, на зарядку отправляйся.

И, конечно, не забудь чистить зубы, принять душ.

Завтрак должен быть полезным, чтобы не было болезни.

Съешь морковку и шпинат-организм твой будет рад.

Долго дома не сиди, а на улицу иди.

Свежим воздухом дыши, занимайся не спеши.

Санки, лыжи и снежки вмиг избавят от тоски.

Потому что где движенье места нет хандре и лени!

**IY. Закрепление.**

1. **Игра «Спортивный калейдоскоп»**

*(Над доской висят шары. Внутри каждого из них находится записка с описанием одного из видов спорта. Ученики делятся на 2 команды. Первая команда лопает шары, читая описание вида спорта, и не называя его, мимикой и жестами пытается передать информацию команде сидящей за партами. После каждого угаданного задания они меняются местами. Очки зачитываются как за показ, так и за отгадывание.)*

**Y. Рефлексия**

**Учитель:**

- О чем мы сегодня говорили на уроке?

- С какой целью в России возродили ГТО?

- Необходим ли этот комплекс вам? Для чего?

 Действительно, каждый из нас хочет быть здоровым, сильным, ловким, выносливым. А для этого необходимо заниматься физкультурой и спортом. Меньше тратить времени на Интернет и различные виртуальные игры, больше быть на свежем воздухе, играть в подвижные спортивные игры. И даже если вы не достигнете высоких результатов в спорте, не станете олимпийскими чемпионами, - в любом случае вы станете хорошими работниками, которые будут трудиться на благо нашей Родины. Ведь не зря девиз нашего урока «Здоровая нация – процветание России!»

- А вы готовы к труду и обороне?

Дорогие ребята, родители, гости. Сегодняшний первый осенний день подарил нам эту первую встречу. Я предлагаю вам всем оформить нашу доску. Перед вами лежат осенние листики. Нужно написать на них, что вы ждёте от этого года, и прикрепить к доске. Не забудьте подписать листочки. А в конце года на последнем классном часе мы подведём итоги и сравним пожелания и результаты. Пожелание должно начинаться словами: «В пятом классе я хочу …» и еще один секрет.

«Я хочу, чтобы мой 5 б класс стал самым дружным классом в школе»

**Интернет источники:**

1. Википедия «Готов к труду и обороне» [https://ru.wikipedia.org/wiki/Готов\_к\_труду\_и\_обороне\_СССР](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2_%D0%BA_%D1%82%D1%80%D1%83%D0%B4%D1%83_%D0%B8_%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B5_%D0%A1%D0%A1%D0%A1%D0%A0);
2. <http://www.aif.ru/dontknows/chto_takoe_gto_i_pochemu_ego_hotyat_vozrodit>
3. <http://gto-normativy.ru/tablica-normativov-gto-2014/>
4. <https://otvet.mail.ru/question/96842105>