

Классный час «Готов к труду и обороне» 1.09.2015 г.

Классный руководитель Еремеева Н. Н.

Цель: Выяснить, что означает ГТО? Кому вручали значок ГТО? Что включает в себя комплекс ГТО? Цель комплекса ГТО в СССР? Почему необходимо возвращение комплекса ГТО в настоящее время??

Ребята, вам знакомы эти строчки стихотворения:

Ищут пожарные,
Ищет милиция,
Ищут фотографы
В нашей столице,
Ищут давно,
Но не могут найти
Парня какого-то
Лет двадцати.
Среднего роста,
Плечистый и крепкий,
Ходит он в белой
Футболке и кепке.
Знак «ГТО»

На груди у него.
Больше не знают
О нем ничего.
Многие парни
Плечисты и крепки.
Многие носят
Футболки и кепки.
Много в столице
Таких же значков.
Каждый
К труду-обороне
Готов.



Это стихотворение известного детского писателя С.Я. Маршака 1937 года «Рассказ о неизвестном герое», где пожарные, милиция и фотографы разыскивали двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку.



Действительно, людей, которые носили значки ГТО, в то время было больше половины страны.

Что это за значок? И что означает ГТО?



В молодые годы ваших дедушек и бабушек, когда наша страна называлась СССР или Советский Союз, можно было часто встретить юношу или девушку с таким значком на груди. Именно то поколение хорошо помнят эти заветные буквы – ГТО, что означает «Готов к труду и обороне».

Подумайте, какой человек может считать себя готовым к труду и обороне?....



Как же выяснить, насколько человек силен, спортивен, ловок?



Для установления этого нужно было сдать определенные нормативы (нормы ГТО).



ГТО — программа физкультурной подготовки. 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.



В физический комплекс входили гимнастические упражнения, бег, прыжки (в длину или высоту), метание (диска, копья, толкание ядра и др.), плавание, лыжные гонки (для бесснежных районов — марш-бросок или велогонки), стрельба (для юношей).

Программа действовала не только в учебных заведениях, а также на предприятиях.



Первым обладателем знака ГТО I степени стал знаменитый конькобежец Яков Федорович Мельников.



Получение и дальнейшее ношение значка ГТО было почетным.

Именно человеку, который занимался физкультурой, совершенствовал сам себя, вручался такой значок, как награда — подтверждение того, что он готов в любую минуту справиться с трудной работой или встать на оборону своей страны, если это понадобится.

Тема спорта и комплекса ГТО широко отражалась на плакатах.



«От значка ГТО - к олимпийской медали!», так гласил лозунг, вдохновлявший миллионы советских граждан на ежедневные занятия спортом, как минимум утренней гимнастикой.

Тема спорта и комплекса ГТО отражалась даже на почтовых марках.



Для чего это было нужно?

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



Благодаря этому комплексу выросло не одно поколение активных, здоровых людей.

Почему мы говорим о ГТО в современное время?



24 марта 2014 года на заседании совета по развитию физкультуры и спорта президент России Владимир Путин заявил, что подписал указ о возрождении ГТО.



Почему необходимо возвращение комплекса ГТО? Это объясняется тем, что большинство населения России не занимается активно спортом, ведет нездоровый образ жизни (малоподвижный образ жизни, увлеченность компьютерами, алкоголизм, курение, наркомания), сейчас многие дети имеют хронические заболевания

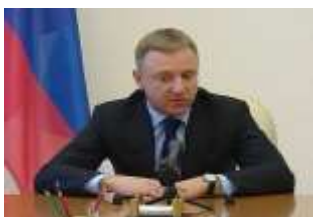
За последние 20 лет общее физическое состояние населения России настолько ухудшилось, что те нормативы, которые сдавали ваши бабушки и дедушки, под силу только единицам.

Поэтому цель возрождение ГТО – попытка привить школьникам привычку к здоровому образу жизни и массовому спорту. Чтобы вместо компьютерных игр дети занимались спортом.

Школьники, которые выполняют нормативы комплекса, будут отмечены золотыми, серебряными или бронзовыми знаками отличия, а также получат спортивные звания.



По словам министра образования РФ Дмитрия Ливанова, начиная с 2015 года, результаты сдачи комплекса ГТО будут учитываться при поступлении в высшие учебные заведения.



Структура комплекса включает 11 ступеней

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



Возможно, значок ГТО со временем станет очень популярным у молодежи. В былые времена его наличие говорило о том, что перед вами человек, который старается быть гармонично развитой личностью.



А для начала ... мы с вами должны начать подготовку и борьбу с самим собой: со своей ленью, с нехваткой времени на поддержание своего здоровья... не забывайте «Движение-это жизнь!», соблюдая рекомендации к недельному двигательному режиму, вы станете на шаг ближе к заветному знаку ГТО, обретете гармонию силы и духа. ГТО — друг здоровья!



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 морковь и шпинат-
 организм твой будет рад.
 Долго дома не сиди, а на улицу иди.
 Свежим воздухом дыши, не спеши.
 Санки, лыжи и снежки
 вмиг избавят от тоски.
 Потому что где движение места нет хандре и лени!

Занятия спортом необходимы, так как за счет спорта, мы становимся более здоровыми, энергичными, сильными и веселыми. Если много тренироваться, каким-либо особым видом спорта, так ведь можно стать чемпионом России, чемпионом Мира! Давайте заниматься спортом и держать себя в форме Здоровых людей!

