**«Путь к здоровью через нормы ГТО»**

**Цели:**

обучающая: познакомить с понятием «**ГТО**», закрепить знания детей о **здоровом образе жизни**, о различных видах **спорта**;

познавательная: развивать у детей интерес к **спорту**как важной составляющей здорового образ жизни;

воспитательная: создать ситуации выбора для воспитания ответственного отношения к своему здоровью.

Применяемые технологии:

технология сотрудничества, технология коллективного взаимообучения.

**Введение.**

**Здоровый образ жизни**– понятие разноплановое. Это не только отказ от алкоголя и табакокурения, но и рациональное питание, и, конечно же, занятия физкультурой и спортом. Руководство страны всерьез обеспокоено здоровьем населения.

Помимо уже принятых мер, стартует еще одна очередная – возвращение норм ГТО. Данная аббревиатура хорошо знакома людям старшего поколения, а для молодежи требует пояснения. Расшифровка следующая – «Готов к труду и обороне». Как относятся приволжане к возвращению некогда исчезнувшей традиции? Им слово.

**Оргмомент.**

Приветствие.

1-й ученик:

Мы кидали мяч в окошко,

Убегали по дорожке,

Подтянулись пару раз -

И забор сегодня спас

От расплаты. Итого:

Сдали **нормы ГТО**!

К сентябрю мы соберёмся

С физкультурой разберёмся!

И физрук признает нас:

«Вы ребята высший класс!»

2-й ученик:

Знайте это, взрослые и, конечно, дети:

Для того чтоб долго жить на белом свете,

От дурных привычек напрочь откажитесь.

Раньше не курили? Ну и не беритесь!

Очень важно также правильно питаться –

Витамины, овощи всем очень пригодятся.

Учитель: Президент РФ Владимир Путин своим Указом от 24 марта распорядился ввести в действие физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) с 1 сентября 2014 года. 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.

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..

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком «ГТО», выполняющие нормативы в течение ряда лет — «Почётным значком **ГТО**».

Коллективы физкультуры предприятий, учреждений, организаций, добившиеся особых успехов по внедрению комплекса ГТО в повседневную жизнь трудящихся, награждались знаком «За успехи в работе по комплексу ГТО».

Значки ГТО (первые варианты) изготавливались из меди или латуни, и покрывались горячими эмалями (клуазон), в дальнейшем начался массовый выпуск значков из алюминия с покрытием жидкими (холодными) эмалями. Креплением для значков ГТО служил винт или безопасная булавка.

Дети по очереди рассказывают о том, что такое ГТО:

1. "Готов к труду и обороне СССР" (ГТО) — всесоюзный физкультурный комплекс, составлявший основу государственной системы физического воспитания и направленный на укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие советских людей, подготовку их к трудовой деятельности и защите Родины.

Он являлся основой программ по физическому воспитанию во всех учебных заведениях и спортивных секциях страны.

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