

Уважаемые коллеги!

Предлагаем Вам методические рекомендации по организации единого дня ГТО в субъектах России 24 марта 2015года.

Цель мероприятия: консолидированная информационно-просветительская и пропагандистская работа, вооружение населения необходимыми знаниями в области комплекса ГТО.

Формы проведения мероприятия:

- **Уроки ВФСК ГТО** в образовательных организациях, как в урочное, так и во внеурочное время, проведение общешкольных родительских собраний, массовых лекториев,
- организация массовой динамической физкультурной паузы (физкультминутки), объявив ее начало в одно время во всех образовательных учреждениях, пригласив к участию трудовые коллективы;
- «зарядка с чемпионом» (пригласить провести зарядку на свежем воздухе или спортивном зале именитого спортсмена-земляка);
- тестовые выполнения нормативов комплекса.

В этот день вы можете дать старт региональным флэш-мобам, таким например, как «До знака ГТО - лишь шаг!», «А вам слабо - стать ближе к знаку ГТО?» и т.д.

- организовать распространение флаеров, буклетов с информацией по видам испытаний и нормативами комплекса ГТО для каждой возрастной категории ступени комплекса «Норма ГТО - норма жизни» (приложение Образец раздатки Нормативы I ступень)

Предлагаем вам для работы *методические материалы для организации Урока ВФСК ГТО*

На уроке должны быть освещены следующие вопросы:

- 1) Что такое ГТО?
- 2) Зарождение Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
- 3) Становление Всесоюзного комплекса ГТО.
- 4) Развитие Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
- 5) Новый комплекс ГТО.
- 6) ГТО для тебя: Нормы ГТО-нормы жизни!

Электронные приложения:

видеоролик об истории комплекса

электронная версия вкладыша (раздаточного материала) с информационной базой по видам испытаний в соответствии с возрастной группой ступени

Ход урока

1. Организационный момент -5 мин.
2. Введение в историю комплекса ГТО -10-15мин.
 - Зарождение Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
 - Становление Всесоюзного комплекса ГТО.
 - Развитие Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
3. Динамическая пауза – 3-5 мин.
 - К примеру: предложите выполнить наклоны вперед на четыре счета: учитель считает в слух «раз-два-три» пружинистые наклоны вперед, касаясь пальцами пола, «четыре» – наклон с фиксированным касанием пола и участники считают в слух «раз-два», не отрывая пальцы от пола.

Объясните выполняющим, что вот такое простенькое упражнение послужит хорошей тренировкой для выполнения норматива «наклон вперед стоя на полу»

4. Новейшая история ВФСК ГТО
5. «Нормы ГТО - нормы жизни» - изучение нормативов соответствующей возрастной группе.
6. Подведение итогов урока.

I. История развития Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне»

В известном детском стихотворении С.Я.Маршака 1937 года «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку.

Из примет – «среднего роста, плечистый и крепкий, ходит он в белой футболке и кепке. Знак «ГТО» на груди у него. Больше не знают о нем ничего», сообщает читателю Маршак.

Ирония стихотворения заключалась в том, что значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!

Те, кто учился в школе еще до распада Советского союза, помнят три заветные буквы – ГТО, или «Готов к труду и обороне» - программу физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения.

I.I. Предпосылки возникновения комплекса ГТО

После победы Великого Октября страна укреплялась, набирала политическую мощь, а энтузиазм советских людей, их тяга к новому стали проявляться во всех сферах жизни - в труде, культуре, науке, спорте.

В послереволюционный период Советский союз, на самой заре своего развития, оказался окруженным идеологически чуждыми государствами, что усугублялось еще и гражданской войной, которая шла внутри. Чтобы противостоять этим явлениям, нужны были сильные военные, а основой дисциплины, порядка и хорошей физической подготовки безоговорочно признавался массовый спорт.

Развитие физической культуры и обучение населения военным навыкам становятся в СССР приоритетными задачами, выполнение которых контролируется первыми лицами государства. В первый же год советской власти ВЦИК РСФСР принимает декрет «Об обязательном обучении военному искусству». Начиная с апреля 1918 года, мужчины и женщины от 18 до 40 лет обязаны обучаться военному делу по месту работы.

Для этих целей в 1920 году при академии Рабоче-крестьянской Красной армии (РККА) в Москве, а затем и в других учебных военных заведениях создается военно-научное общество (ВНО) и его отделения. Председателем ВНО избирается народный комиссариат по военным и морским делам М.Фрунзе. В 1923 и 1924 годах организуются Общество друзей воздушного флота (ОДВФ) и Общество друзей химической обороны и химической промышленности (ДОБРОХИМ).

Перед всеми этими организациями стояла, по сути, одна задача, сформулированная М.Фрунзе на первом Всесоюзном совещании ВНО в мае 1925 года: «Нам нужно покрепче внедрить в сознание всего населения нашего Союза представление о том, что современные войны ведутся не одной армией а всей страной в целом, что война потребует напряжения всех народных сил и средств, что война будет смертельной, войной не на жизнь, а на смерть, и что поэтому к ней нужна всесторонняя тщательная подготовка еще в мирное время».



Рождение комплекса ГТО «под крылом» ОСОАВИАХИМа

В 1927 году путем слияний и реорганизаций нескольких военно-спортивных объединений в СССР создается самая крупная из специализированных общественных организаций – Общество содействия обороне, авиационному и химическому строительству (ОСОАВИАХИМ).

Уже к началу 1928 года эта организация насчитывает около 2 млн. человек. По всей стране под эгидой ОСОАВИАХИМа строятся тир, стрельбища, создаются аэроклубы и военно-спортивные кружки, где молодежь осваивает специальности радиста, телеграфиста, парашютиста, моториста, санитаря, медсестры, пилота и др.

I. II. Первый комплекс ГТО и дальнейшее его развитие

Ведущую роль в разработке новых форм и методов физического воспитания сыграл комсомол. Именно он выступил инициатором создания Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне».

24 мая 1930 года газета «Комсомольская правда» напечатала обращение, в котором предлагалось установить всесоюзные испытания на право получения значка «Готов к труду и обороне». Речь шла о необходимости введения единого критерия для оценки физической подготовленности молодежи. Предлагалось установить специальные нормы и требования, а тех, кто их выполнял – награждать значком. Новая инициатива комсомола получила признание в широких кругах общественности, и по

поручению Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР был разработан проект комплекса ГТО, который 11 марта 1931 года после общественного обсуждения был утвержден и стал нормативной основой системы физического воспитания для всей страны.

Цель вводимого комплекса – «дальнейшее повышение уровня физического воспитания и мобилизационной готовности советского народа, в первую очередь молодого поколения...». Основное содержание комплекса ГТО было ориентировано на качественную физическую подготовку сотен миллионов советских людей.

Начиная с 1931 года, активисты ОСОАВИАХИМа ведут широкую пропагандистскую деятельность, проводят занятия по противовоздушной и противохимической обороне на заводах и фабриках, в государственных учреждениях и учебных заведениях. К обязательным занятиям привлекаются все учащиеся общеобразовательных школ, профессионально-технических, средних специальных и высших учебных заведений, личный состав Вооружённых Сил СССР, милиции и некоторых других организаций.

Помимо обязательных занятий граждане проявляют самостоятельную инициативу заниматься физкультурой и спортом в свободное от работы и учёбы время посещают учебно-тренировочные занятия и участвуют в спортивных соревнованиях.



К испытаниям на получение значка «Готов к труду и обороне» первоначально допускались мужчины не моложе 18 лет и женщины не моложе 17 лет. Особым условием было удовлетворительное состояние

здоровья. Определял его врач, который устанавливал, что сдача норм по данному комплексу не принесет ущерба здоровью человека. К соревнованиям допускались физкультурники, организованные в коллективы, и физкультурники-одиночки. Для проведения практических испытаний они распределялись на отдельные группы по полу и возрасту

