

Внеклассное мероприятие для учащихся 1 – 4 классов «Весёлая дорога к стартам ГТО»

Задачи:

Образовательная:

- ✗ Рассказать о ГТО.

Развивающая:

- ✗ Развитие интереса к спорту.

Воспитательная:

- ✗ Пропаганда спорта и здорового образа жизни.
- ✗ Воспитание патриотических чувств

Ведущий:

- Дорогие друзья! Позвольте открыть наш спортивно-оздоровительный праздник. Какие дети не любят игры? Ведь самое их любимое занятие поиграть... Игры бывают разные: на развитие памяти, сюжетно-ролевые игры, на сообразительность, но самые любимые - это спортивные игры, именно поэтому сегодня мы решили провести “Весёлые старты”, которые назвали «Весёлая дорога к стартам ГТО».

Ведущий:

- Ребята, а кто сможет расшифровать эту аббревиатуру - ГТО?
(Ответы детей).

Ведущий:

✗ Всесоюзный спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», сокращенно ГТО, считает датой своего рождения 11 марта 1931 года. Такое название получила единая унифицированная программа физкультурной подготовки, внедренная сразу во всех общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях СССР.

✗ Поскольку внедрение проходило практически повсеместно и массово, вскоре ГТО превратился в основу системы патриотического воспитания советской молодежи. Впрочем, не только молодежи, поскольку в нем могли участвовать все желающие от 6 до 60 лет.

✗ Смысл ГТО в формулировке документов того времени — всестороннее физическое развитие человека, укрепление и сохранение его здоровья, подготовка к высокопроизводительному труду и защите Родины, формирование духовного и морального облика человека.

✗ Физкультурный комплекс ГТО включал бег, прыжки, метание гранаты, плавание, лыжные гонки, стрельбу и прочие спортивные виды, научно-практические сведения по физической культуре и спорту, правила, умения и навыки в области гражданской обороны.

✘ Сдавшие нормативы получали соответствующие значки в качестве награды. Для определенного вида значка существовал определенный набор нормативов.

✘ В зависимости от успехов, участник награждался золотым или серебряным значком ГТО каждой степени.

✘ Те, кто выполнял нормативы на протяжении многих лет, становились обладателями почетного значка ГТО.

✘ Было деление комплекса на 5 возрастных ступеней.

Первая – «Смелые и ловкие» — подразумевала участие детей от 10 до 13 лет. Во второй – «Спортивная смена» — должны были встречаться уже подростки 14 – 15 лет.

Третья – «Мужество и сила» — включала юношей и девушек от 16 до 18 лет. Четвертая – «Физическое совершенство» задумывалась для мужчин от 19 до 39 и женщин от 19 до 34 лет.

Последняя, пятая ступень называлась «Бодрость и здоровье» и предполагала участие мужчин от 40 до 60 и женщин с 35 до 55 лет.

Для каждой категории существовали свои нормативы и требования.

Ведущий:

-Ребята, а вы хотели бы выполнить нормы ГТО?

(ответы детей).

Ведущий:

- Чтобы выполнить нормы ГТО, надо много тренироваться, любить физкультуру, спорт, по утрам делать зарядку, закаляться.

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт – ура!

Ведущий:

-А нашей первой ступенью покорения норм ГТО станут наши «Весёлые старты».

Ведущий 1:

Эй, господа, пожалуйста сюда,

Веселья вам да радости.

Давно мы вас ждём-поджидаем,

Праздник без вас не начинаем.

Ведущий 2:

Помериться силой,

Побегать, попрыгать

Зовём на площадку друзей.

Ведущий 1:

Весёлые старты вас ждут

На площадке,

Спешите сюда поскорей.

(выход команд)

Ведущий 2:

А теперь я хочу спросить у вас:

Таких, что с физкультурой

Не дружит никогда,

Не прыгают, не бегают,

А только спят всегда,

Не любят лыжи и коньки

И на футбол их не зови.

Раскройте нам секрет –

Таких здесь с нами нет?

(Нет)

Ведущий 1:

Кто с работой дружен –

Нам сегодня нужен?

(Нужен)

Ведущий 2:

Кто с учёбой дружен –

Нам сегодня нужен?

(Нужен)

Ведущий 1:

Кто со спортом дружен –

Нам сегодня нужен?

(Нужен)

Ведущий 2:

Таким ребятам хвала и честь.

Такие ребята среди нас есть?

(Есть)

Ведущий 1:

- Вот наши команды перед вами.

-А теперь нам надо выбрать жюри, которое могло бы оценить спортивные способности наших участников.

Ведущий 2:

- Жюри выбрано. Теперь не плохо бы послушать приветствия команд.

1 команда.

Лена, Аня, ты и я,

Мы спортивные друзья!

С физкультурой, спортом дружим –

Лекарь нам совсем не нужен!

2 команда

Мы желаем вам, ребята,
Быть здоровыми всегда!
Но добиться результата
Невозможно без труда.

Ведущий 1:

- У каждой команды есть своё название и своя песня.

Команда “Спортивные друзья” песню запевай: “Если с другом вышел в путь”

Команда “Здоровые ребята” песню запевай: “Вместе весело шагать по просторам”

Ведущий 2:

- Познакомились с командами, посмотрим, на что же они способны.

Пожелаем им успехов!

1 конкурс.

- Когда ребята только пришли в школу, они мало что знали, умели. Скажем так: были “одной ногой в калоше”:

“На одной ноге” – прыжки до ориентира на одной ноге, меняем ногу – на другой ноге прыгаем до команды, передаём эстафету.

- Вы набрались опыта и совсем вы не в калоше, всё сделали правильно.

2 конкурс.

- Проходило время, ребята сдружились и стали связаны друг с другом чуть ли не в прямом смысле слова:

“Бег на трёх ногах” - бег со связанными ногами (по 1 ноге каждого из 2 участников связывают, обнимают друг друга за пояс одной рукой) до ориентира и обратно, передав эстафету следующей связанной паре.

- Хорошо вы научились работать в связке с товарищами.

3 конкурс.

- Такие друзья всегда подставят друг другу своё крепкое плечо в трудную минуту! А уж, чтобы помочь пронести мяч “без рук”, так тем более.

“Без рук” - игроки встают парами, лицом друг к другу, руки на плечах друг друга, между ними мяч. Переносят его до ориентира и обратно. Передают следующей паре мяч

4 конкурс.

- Иногда, правда, бывали моменты, когда вдруг вы обижались друг на друга, вставали друг к другу спиной. Но дружбу не разорвёшь, как “замок” из ваших рук.

“Тяни-толкай” - игроки встают по парам спиной друг к другу, сцепив руки замком, бегут до ориентира и обратно, передав эстафету следующей паре.

5 конкурс.

- И всё это время с вами, как ласковые мамы, были ваши учителя, они оберегали вас, словно кенгуру своего детёныша в сумке.

“Кенгуру” - зажав между ногами (выше колен) мяч, двигаться прыжками вперёд до ориентира и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

6 конкурс.

- Изредка вы показывали свой норов, “бодались”, но это прошло и теперь вы бодаете лишь мячи.

“Бодай-ка” - бег на четвереньках, ведя мяч головой – “бодаясь” до ориентира и обратно, передав эстафету следующему игроку.

7 конкурс.

- Но всё же вы научились выполнять поставленные перед вами задачи, поручения.

“Отнеси-принеси” - на противоположном конце площадки чертят по 4 круга. Первым игрокам вручают по мешочку с предметами. По сигналу дети бегут раскладывают все предметы по 1 в кружок и пустой мешок передают вторым номерам. Вторые номера бегут, собирают предметы в мешок и передают мешок следующему игроку и т.д., пока не соберут все предметы.

8 конкурс.

- В ваших коллективах выделялись лидеры, которые ведут за собой весь класс.

“Переправа в обручах” - капитан и первый участник влезает в обруч и движется до ориентира, первый участник остаётся, а капитан с обручем возвращается за вторым участником. И так до тех пор, пока капитан не переведёт всю команду.

9 конкурс.

- В нашей школе вы, ребята, учитесь быть сообразительными, быстрыми, меткими в высказываниях и в действиях.

“Самый меткий” - капитаны команд стоят на расстоянии от своих команд, лицом к ним, в руках у каждого обруч. Игроки по очереди пытаются попасть в обруч мячом.

- Наши конкурсы на выносливость завершились. Пока жюри решает, кто же из ваших команд победил, проверим вашу сообразительность.

Ведущий 1 и 2 (по очереди загадывают загадки):

1.Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кровать,
Быстро делаю ... (зарядку)

2.Звучит свисток – забили гол,
Игра зовется как? (Футбол)

3.Да, был вопрос довольно прост,
Теперь задам сложнее:
В игре есть шайба, клюшка, лед,
Играем мы в ... (хоккей)

4.Им даже старик заниматься готов
В наш быстрый, стремительный век.

Но этот вид спорта проставил Борзов
И он называется ... (бег)

5. Индейцы меня из ствола выжигали,
Похожа я чуть на пирогу,
Брезентовым фартуком обмотали
И в спорт проложили дорогу.
Спортсмен-одиночка стоит на колене,
Бывает, становятся двое,
Тут нужно особенное уменье,
Как называюсь я? (Каное)

6. Натянуты мускулы, словно стрела,
Идут состязанья особого ранга.
И сила здесь больше, чем ловкость нужна,
В руках у спортсмена тяжелая ... (штанга)

Ведущий 1:

- Молодцы, ребята.

Ведущий 2:

Здоровье нам всем необходимо. Недаром народ придумал об этом много пословиц, поговорок. А знаете ли вы их?

- Я начну, а вы кончайте,
Хором дружно отвечайте!

Ведущий 1 и 2 (по очереди зачитывают пословицы):

В здоровом теле - здоровый **дух**

Человека лень не кормит, да ещё здоровье - **портит**

Если хочешь быть здоров - **закаляйся**

Болен - лечись, а здоров - **берегись**

Главное, не красивым быть, а - **здоровым**

Курить, здоровью - **вредить**

Где здоровье, там и **красота**

Кто не болен, тот здоровью цены **не знает**

Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – многое потерял,
здоровье потерял - **всё потерял**

После обеда полежи, а после ужина - **походи**

Баня всякого - **лечит**

Не по лесу болезнь ходит, а по **людям**

Здоровье сгубишь, новое **не купишь**

Ведущий 1:

- Молодцы, ребята!

Ведущий 2:

- Итак, заслушаем наше жюри: ... (подведение итогов).

Ведущий:

Подошла к концу наша встреча со спортом.

И с теми, кто дружит со спортом всю жизнь!

С ним легче учиться и лучше работать.

Спорт — главный помощник для каждой семьи!

И каждый сегодня у нас победитель,

Участие в празднике — главный итог!

- Поздравляем команды! Желаем им быть сильными, ловкими, быстрыми и выносливыми. И тогда все нормы ГТО Вам будут по плечу!