

От значка ГТО к спортивным рекордам

Внеклассное занятие «Введение комплекса ГТО:
педагогические ресурсы в укреплении здоровья
школьников»

Знак ГТО

- Среднего роста,
Плечистый и крепкий,
Ходит он в белой
Футболке и кепке.
Знак «ГТО»
На груди у него.
Больше не знают
О нем ничего



О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе `ГТО`

- Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172
- “О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)”
- Ввести в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) - программную и нормативную основу физического воспитания населения.

Станция «Футбольная»



Станция «Хоккейная»



Станция « Баскетбольная»



Станция «Волейбольная»



Станция «Лыжная»

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ



Станция «Коньки»



Станция «Велоспорт»



Нормативы ГТО. 1 степень



Виды испытаний

обязательные (тесты):

- Бег 30 м
- Подтягивание из виса на высокой перекладине
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу

по выбору (тесты) :

- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
- Метание теннисного мяча в цель
- Бег на лыжах на 1 км
- Плавание без учета времени

А также :

- Утренняя гимнастика
- Учебные занятия в школе и в спортивных секциях и кружках
- Участие в спортивных соревнованиях
- Самостоятельные занятия физической культурой (с участием родителей)

ГТО

«Готов к труду и обороне»

- Знак отличия ГТО имеет форму стилизованной многоконечной звезды, в центре которой расположена окружность с изображением бегущего спортсмена на фоне красного цвета для золотого знака отличия, синего — для серебряного значка, бронзового - зеленого цвета с изображением восходящего солнца



От значка ГТО к спортивным рекордам

- Мы только начали спортивный путь,
И к нормам ГТО мы приступили.
Трудностями нас не спугнуть,
Спортивным решили!

- Мы в этом году совсем новички,
Сдадим ГТО на золотые значки!
И прыгать, и бегать,
метать мы умеем
На лыжах кататься, все мы успеем!

