

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

средняя школа №7

Методическая разработка

проекта «Первые шаги к ГТО».

Итоговый продукт проекта

Спартакиада «Первые шаги к ГТО»

Возраст детей: 7 -18 лет

Автор:

Чивикина Ольга Николаевна –

советник директора по воспитанию

и взаимодействию с детскими общественными объединениями.

Р.п. Фролищи

Нижегородская область

2024 год

Аннотация:

В школе реализуется проект «Первые шаги к ГТО» в рамках Школьного спортивного клуба «Олимп»

Мероприятие Спартакиада «Первые шаги к ГТО» одно из итоговых мероприятий данного проекта.

Спартакиада - это культурно-массовое мероприятие спортивного характера. Спартакиада проводится с целью пропаганды здорового образа жизни, активного использования физической культуры и спорта в организации досуга школьников, укрепления их здоровья, снижения заболеваемости, увеличения двигательной активности школьников и выявления сильнейших спортсменов для участия в соревнованиях более высокого уровня.

Данная методическая работа содержит этапы организации соревнований по сдаче норм ГТО в школе, как тренировочный этап для дальнейшего участия в районном мероприятии. Материалы могут быть использованы учителями физической культуры и педагогами дополнительного образования при организации внеурочной деятельности обучающихся 1-11 классов.

Результаты Спартакиады могут быть расценены как личностное первенство в начальной школе и среднем звене.

Аннотация проекта.

Работа по этому проекту предполагает ознакомление детей с требованиями и нормами сдачи ГТО. Отработка техники выполнения упражнений. Проект формирует у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Актуальность:

«Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости!» - так гласит народная мудрость.

К сожалению, в наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. В последние годы негативные процессы стали угрожать здоровью нации. Практически все показатели здоровья и социального благополучия претерпели резкое ухудшение. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье и счастливую жизнь?

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию

сознательного отношения к своему здоровью. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи.

Важно формировать у школьников потребности в сохранении и укреплении своего здоровья.

Для реализации данного направления был разработан проект «Первые шаги к ГТО» и как продукт данного проекта мероприятие Спартакиада «Первые шаги к ГТО».

Тема мероприятия: Спартакиада «Первые шаги к ГТО»

Участники практики:

- Советник по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями
- Учитель физической культуры
- Руководитель ШСК «Олимп»
- Классные руководители
- Обучающиеся школы
- Актив «Движения Первых»

Форма проведения: спортивное соревнование

Цель: Формирование у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни, организация внеурочной деятельности.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни,
- укрепление здоровья учащихся,
- приобщение их к систематическим занятиям физической культурой и спортом,
- выявление одарённых учащихся в видах спорта.

Предметная среда: плакаты для оформления спортзала, списки участников по этапам для судейской команды (по количеству этапов)

Спортивное оборудование: секундомер, конусы для разметки дистанции челночного бега и бега 30 м, гимнастическая скамейка с разметкой для упражнения на гибкость, дорожка с разметкой для прыжков в длину, турник, упор и фиксатор для рук для отжимания от пола

Техническое оборудование: музыкальная колонка, микрофон

Предварительная работа:

Проведение инструктажа по ТБ на соревнованиях.

Предполагаемые результаты реализации:

Участвуя в соревнованиях, ученики смогут проявить свои лучшие физические качества: быстроту, ловкость, силу, выносливость. Спортивные страсти, активные болельщики способствовали тому, что соревнования прошли интересно и захватывающе. Спартакиада дала возможность учащимся школы показать спортивные результаты, а победителям поучаствовать в муниципальных соревнованиях.

Среди победителей разыгрываются 2 комплекта медалей: в начальной школе и среднем звене. Все участники получают сертификаты участников Спартакиады.

Этапы проекта «Первые шаги к ГТО»

№ п/п	Этапы	Физкультурно-спортивная деятельность в следующих видах	Сроки проведения	Участники
1	Подготовительный	Планирование работы ШСК. Укомплектование оборудования, инвентаря. Комплектация судейской команды. Обучение судейской команды. Регистрация участников проекта на сайте ФВСК ГТО	Сентябрь	Пед.коллектив, актив «Движения Первых» Руководитель ШСК «Олимп»
2		Викторина «Если хочешь быть здоров!»	Сентябрь	Кл. руководители
3		Мероприятие «Твои здоровые привычки»	Сентябрь	Соц.педагог
4	Основной	Отработка техники выполнения упражнений, входящих в нормативы по сдачи ГТО	Октябрь	1-11
5		Торжественное открытие осенних спортивных мероприятий. Проведение соревнований по спринтерскому бегу на 30 м	Октябрь	1-11
6		Проведение соревнований по спринтерскому бегу на 60 м.	Октябрь	1-11
7		Наклон из положения стоя на гимнастической скамье.	Ноябрь	1-11
8		Подъём из положения (за 1 минуту) лежа на спине.	Ноябрь	1-11
9		Прыжок в длину с места. Челночный бег.	Декабрь	1-11
10		Подтягивание на перекладине (мальчики на высокой, девочки на низкой). Рывок гири.	Декабрь	1-11/10-11
11		Эстафеты, подвижные игры с элементами легкой атлетикой. Перетягивание каната.	Январь	1-11
10	Заключительный	Итоговое мероприятие Спартакиада «Первые шаги к ГТО» (зимняя) Итоговое мероприятие Спартакиада «Первые шаги к ГТО» (весенняя) Веселые старты (зимние) Веселые старты (весенняя)	Февраль-май	1-11

Ход мероприятия

Спартакиада «Первые шаги к ГТО»(зимняя)

1 этап – подготовительный

(В спортзале участники выстроены по классам, учитель физкультуры дает отсчет к началу мероприятия, проводит инструктаж ТБ)

Ведущий (советник):

Добрый день, дорогие друзья!

Здравствуйте!

-В этом приветствии слились все самые лучшие пожелания вам, дорогие гости, участники соревнований, зрители-болельщики, потому что сегодня в нашей школе состоится праздник «Спартакиада». Спартакиада - это дружба, упорство, воля к победе; это красивый и честный спорт. О, спорт! Ты – мир! Ты устанавливаешь хорошие, добрые, дружеские отношения между народами! Ты – согласие! Ты сближаешь людей! Ты – единство! Ты учишь уважать друг друга! Внимание! Приветствуем дружными аплодисментами каждый класс спортсменов. Высоких, спортивных достижений и удачи! Пусть, победит сильнейший! Нашим славным спортсменам физкульт – привет! (все вместе, 3 раза)

Пусть праздник будет ярким и веселым!
Пусть в результате дружба победит,
Сейчас на нашей Спартакиаде
Олимпийский факел торжественно взлетит.

(муз. сопровождение 1. спортивный марш)

(входит ростовая кукла Соник в руке факел Спартакиады)

Факел нашей Спартакиады Соник вручает участнику ШСК «Олимп» Моллаеву Александру, ученику 3 класс.

Александр активно принимает участие в спортивной жизни школы.

- Прошу пройти Почетный круг.

2 этап – подготовительный

Сегодня участники спартакиады пройдут испытания.

Прошу героев спорта Соника и Сашу продемонстрировать, какие испытания предстоят пройти ребятам.

1. Упражнение на гибкость.
2. Прыжки в длину с места.
3. Подтягивание. Рывок гири (10-11 класс). Отжимание от пола.

4. Челночный бег.

5. Бег 30 м

-А перед соревнованиями предлагаю размяться. На зарядку становись!

(муз. сопровождение 2. Песня «Утренняя гимнастика») Соник и ребята команды «Движения первых» проводят разминку.

Прошу разделиться на 5 команды по 10 чел.

Объявляется судейская команда и правила прохождения этапов.

Дается старт.

(муз. сопровождение 3)

3 этап – итоговый

(После прохождения всех этапов, участники вовлекаются во флешмоб, который проводят команда «Движения Первых»,

судьи подводят итоги, подписывают грамоты)

Ведущий: Ребята! Вы все большие молодцы! Справились с поставленными задачами, показали свои первые достижения в сдаче норм ГТО. И пришло время подвести итоги нашего мероприятия и вручит медали за 1,2,3 место участникам-победителям и наградить всех сертификатами за участие в Спартакиаде. *(приложение)*

(Проводится награждение)

