



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

Проект по
продвижению
Всероссийского
физкультурно-
спортивного комплекса
«Готов к труду и
обороне» среди
сверстников

Юргинский городской округ



Цель проекта – популяризация комплекса ГТО.

Задачи:

1. Воспитание у детей интереса к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне»
2. Повышение информированности о ВФСК ГТО
3. Формирование потребности в ежедневной двигательной активности
4. Подготовка к выполнению нормативов испытаний ВФСК ГТО

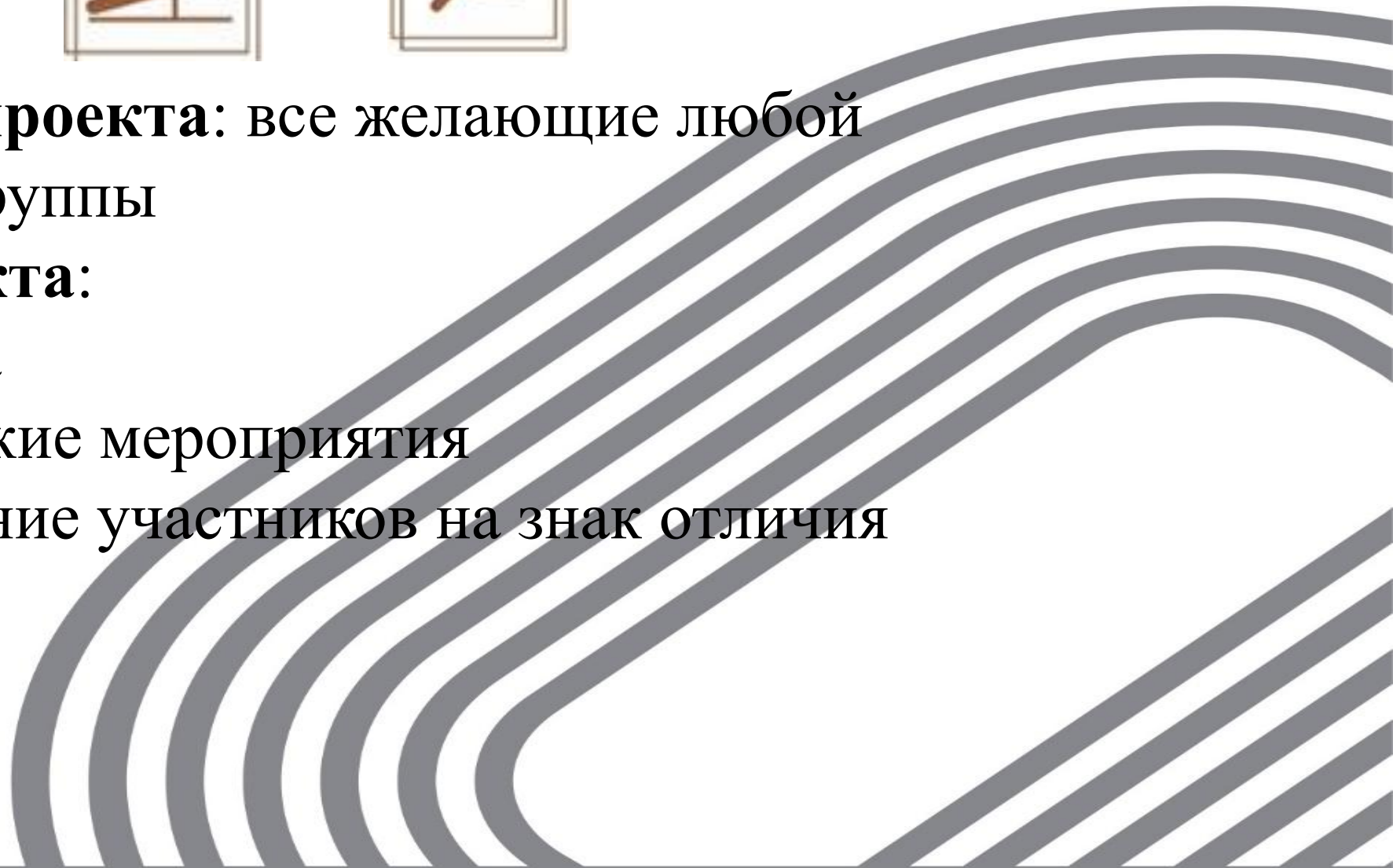




Участники проекта: все желающие любой
возрастной группы

Этапы проекта:

1. Квест-игра
2. Тематические мероприятия
3. Тестирование участников на знак отличия
ВФСК ГТО





Наши мероприятия проходили на базе общеобразовательной школы №8. Во время летнего лагеря начался первый этап проекта по выявлению знаний о комплексе ГТО.

Первым этапом проекта мы предлагаем провести квест-игру, чтобы выявить уровень теоретических знаний детей о комплексе ГТО и проверка физических возможностей детей для выполнения нормативов испытаний ВФСК ГТО.





В игре могут принять участие все желающие любой возрастной группы. У нас участвовали дети в возрасте от 8 до 10 лет. Участники делятся на команды по 10 человек. И проходят разные испытания по станциям. Побеждает команда, которая соберёт первой весь плакат ГТО «5 шагов».





Первая станция - «Пословицы в квадрате»

Из отдельных слогов команде нужно сложить пословицу о спорте. За правильно выполненное задание команда получает один фрагмент плаката ГТО.





Вторая станция - «Веселый кенгуру»

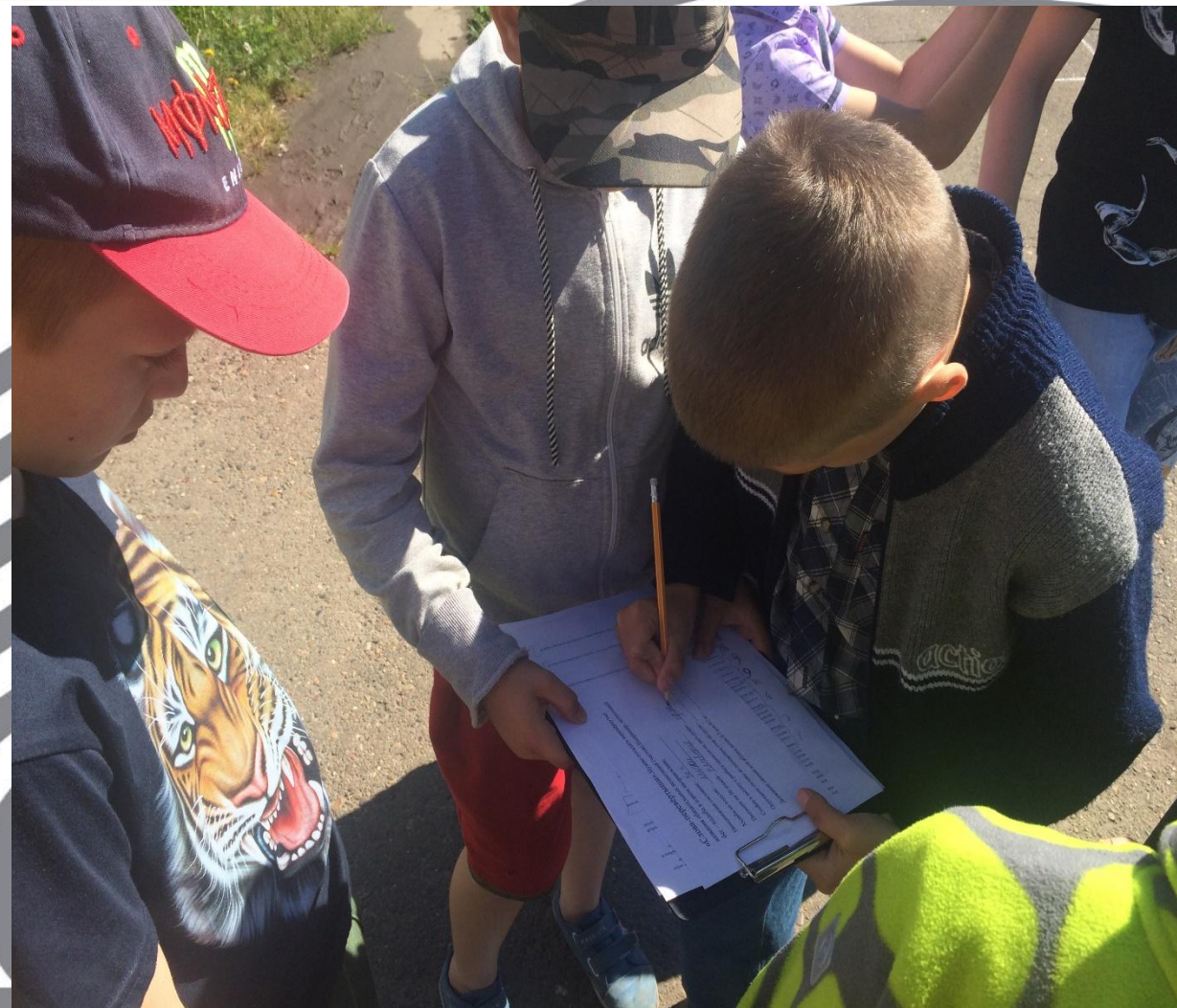
Необходимо выполнить прыжки в длину с места толчком двумя ногами. Выполняют все участники команды, второй участник прыгает от результата первого и т.д. Цель - допрыгнуть до места, где находится фрагмент плаката ГТО.





Третья станция - «Слова-перевёртыши»

Нужно отгадать
названия испытаний
комплекса ГТО
подобрав слова-
антонимы к
предложенным
вариантам.





Четвертая станция - «Скакалка»

Два участника команды держат скакалку, а 6 человек одновременно прыгают. После выполнения 30 прыжков, команда получает фрагмент плаката ГТО.





Пятая станция - «Ребусы»

Команде нужно
разгадать ребус о
видах спорта.





Шестая станция - «Попади в цель»

Все участники команды поочередно выполняют метание теннисного мяча в обруч. Набрав суммарно 50 бросков, команда получает фрагмент плаката ГТО.





Седьмая станция - «Ступени ГТО»

Команда получает таблички с номерами ступеней Комплекса ГТО и отдельные таблички с указанием возрастных групп. Задача команды - соединить правильно ступень и возрастную группу данной ступени.





Восьмая станция - «Отжимание»

Для получения
фрагмента команде
необходимо выполнить
50 раз испытание
«Сгибание и
разгибание рук в упоре
лежа на полу».





Девятая станция - «Вопрос-ответ»

Команда должна ответить
на 10 вопросов о
Комплексе ГТО. За 7
правильных ответов
команда получает фрагмент
плаката ГТО.





Наши вопросы:



1. Как расшифровать ВФСК ГТО?
2. Сколько ступеней в комплексе ГТО?
3. Какие обязательные виды входят в комплекс ГТО?
4. Со скольки лет можно выполнять комплекс ГТО?
5. Входит ли плавание в комплекс ГТО?
6. Сколько знаков отличия в комплексе ГТО?
7. Назовите адрес Центра тестирования ГТО в г.Юрге?
8. Что такое челночный бег?
9. Кто может выполнять комплекс ГТО?
10. Где можно узнать свои результаты выполнения испытаний?



Десятая станция - «Плакат ГТО»

Команда собирает
весь плакат ГТО.

Победителем
становится команда
первой собравшая
весь плакат ГТО.





В ходе игры был выявлен низкий уровень знаний детей о комплексе ГТО, отсутствие практических навыков выполнения испытаний, незнание теоретической части комплекса ГТО.

Исходя из результатов квест-игры, можно сделать вывод: необходимо проведение дополнительных мероприятий по повышению уровня знаний у детей о комплексе ГТО.



Мы предлагаем в течение учебного года проводить тематические мероприятия.

Например,

1. Уроки ГТО.

2. Игры и викторины ГТО.

3. Проведение экскурсий по различным секциям спортивных школ.

4. Введение внеурочных занятий по подготовке к выполнению нормативов испытаний ВФСК ГТО.





Со второго полугодия (с января) ребята могут приступить к выполнению испытаний комплекса ГТО на знак отличия.





В конце года
предлагаем
провести
дополнительную
квест-игру на
закрепление
полученных
знаний в течение
года.





Итак, к концу года дети приобретут огромный теоретический багаж знаний о комплексе ГТО, станут активными участниками движения ГТО и получат знаки отличия ВФСК ГТО





**Спасибо за
внимание!**

