

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА НА ЯУЗЕ»
(ГБОУ «Школа на Яузе») ШО №1 (начальное звено)**

Проектная работа.

Тема: «Мы за спорт, здоровье, мир. ГТО наш ориентир!»

**Выполнила: Сулейманова Лала Юрьевна,
учитель физической культуры**



Москва, 2019-2020 г.

Эти строчки из «Рассказа о современном герое» С.Я. Маршак



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

Многие парни
Плечисты и крепки,
Многие носят
Футболки и кепки.
Много в столице
Таких же Значков.
К славному подвигу
Каждый Готов!



Введение.

Проблема сохранения здоровья – одна из актуальнейших. В наше время, большая часть людей, как правило, ведет малоподвижный образ жизни. Это приводит в результате к снижению функциональных возможностей, различным заболеваниям: опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, в стране возрастает количество тучных людей. В связи с этой проблемой я и выбрала тему: **«Мы за спорт, здоровье, мир. ГТО наш ориентир!»** По моему мнению, школьники, должны проявлять интерес к данной проблеме, так как это их здоровье.



Актуальность проекта

Актуальность проекта состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество обучающихся школы к участию в сдаче норм «ГТО», а также положительно мотивировать к увеличению двигательной активности стремящегося быть здоровым, успешным в жизни.

Я предполагаю, что в ходе реализации проекта можно приобщить не только детей, но и их родителей к сдаче норматива ГТО, чтобы это стало традицией семьи.



Цель проекта:

Последовательно изучить и понять, как комплекс ГТО может влиять на здоровье людей, а также осознанного отношения к своему здоровью, как к важнейшей духовно-нравственной ценности.

Задачи проекта:

- провести исследование,
- познакомиться с историей ГТО,
- организовать анкетирование,
- создать диаграмму,
- понять, что нам даёт возрождение ГТО,
- принять участие в сдаче ГТО,
- оформить стенд,
- посетить Государственный музей спорта, раздел «История спортивного ордена ГТО».



Предполагаемые результаты проекта:

- произойдут изменения в отношении учащихся к своему здоровью;
- повысится уровень информированности участников к нормативу ГТО;
- будет сформирована мотивация, способствующая осознанному выбору детей и родителей в пользу здорового образа жизни;
- будет обеспечен рост спортивных достижений в школе;
- появится больше значкистов ГТО.



Сроки и этапы реализации проекта

Реализация проекта состоит из 3-х этапов с января 2019 г. по март 2020 года.

I этап – организационный – включает в себя создание творческих групп классных активов среди учащихся школы.

II этап – основной – анкетирование, оформление стенда, исследование, проведения спортивного праздника «Мы готовы сдавать ГТО» – это тестирование по сдаче ГТО, просмотр фильма, презентации о ГТО, конкурс плаката – ГТО; загадки, шарады, кроссворды. Посещение Государственного музея спорта, раздел «История спортивного ордена. Участие в сдаче норматива ГТО на получения значка ГТО.

III этап – заключительный – подведение итогов.



В апреле 2018 года наша школа участвовало в Акции «Что такое ГТО?».

По завершению акции мне захотелось провести исследовательскую работу на тему «Зачем мне нужно ГТО» и понять, что об этом думают ребята, из 311 учащихся в акции участвовало 247 человек. Из них 46% ребят ответило, что ГТО нужно для того, чтобы быть готовым в любую минуту встать на защиту Родины и своих родных; 37% - что с помощью ГТО мы можем проверять свои способности; 17% - что спортивное состязание воспитывает в себе смелость.

По результатам ответов получилось, что никто из ребят не ответил, что ГТО это хорошее подспорье к здоровому образу жизни.



Результаты исследования «Зачем мне нужно ГТО», показали:

46%



37%



17%



1. ГТО нужно для того чтобы быть готовым в любую минуту встать на защиту Родины и своих родных!

2. Что с помощью ГТО мы можем проверять свои способности!

3. Что спортивное состязание воспитывает в себе смелость!

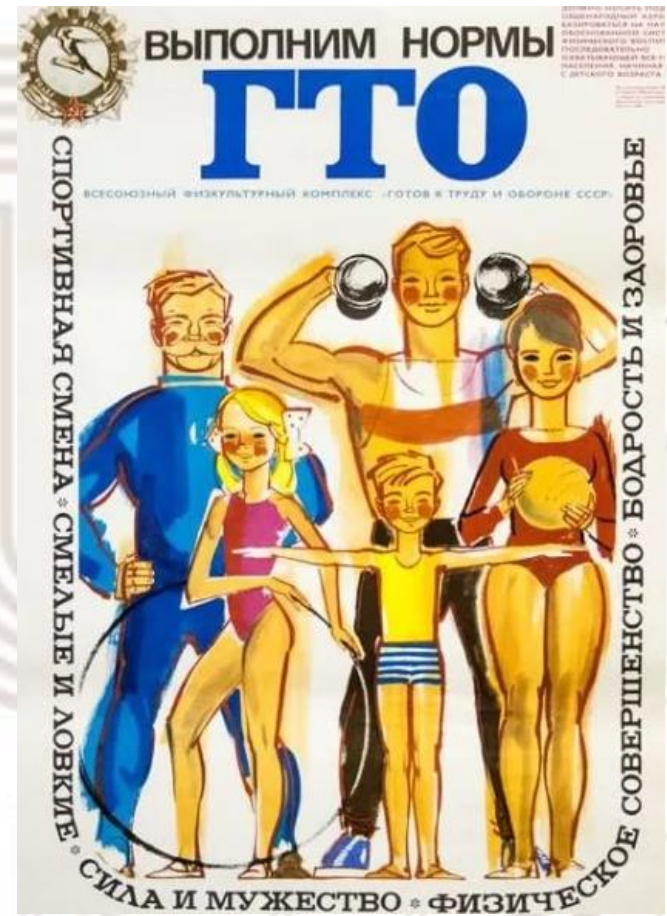
После участия в акции у ребят появилось желание изучить историю комплекса ГТО.



История ГТО. С чего всё начиналось.

«Готов к труду и обороне» - программа физкультурной подготовки с 1931 года по 1991 г.

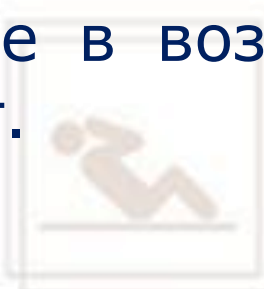
Впервые комплекс ГТО был введён в 1931 году и просуществовал до 1991 года. Нормативы и требования комплекса ГТО периодически изменялись, и он имел 5 возрастных ступеней, охватывая население в возрасте от 10 до 60 лет.



В 2014 году начинается новая история норм ГТО в России



С 2010 года программа начала своё возрождение. В 2014 году началось тестирование нового всероссийского физкультурно-спортивного комплекса под старым советским наименованием «ГТО». Нынешний комплекс имеет 11 возрастных ступеней, охватывая население в возрасте от 6 до 70 лет.



Если в СССР было два вида значков - золотой и серебряный, то в России к ним добавится еще и бронзовый значок ГТО.

Значки ГТО с 1931 по 1991 гг.



Значки ГТО нового образца



Получается, что в течение 23 лет нормативы ГТО отсутствовали.

Следовательно, что нам даёт возрождение ГТО?

- * сдача физкультурных нормативов и получение значка - хороший стимул для учащегося повысить уровень своей тренированности;
- * для взрослых, укрепление организма не менее актуально, как для детей и юношества;



* охватывает практически всё население от 6 до 70 лет и сопровождает человека всю сознательную жизнь.



Цели, задачи и принципы норм ГТО с 2014 года

Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с помощью систематической физической подготовки.

Задачи – массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.

Принципы – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоёв населения, медицинский контроль, учёт местных традиций и особенностей.



Изучив историю ГТО, посетив Государственный музей спорта, активная группа ребят решила подготовить стенд.



Стенд для ребят



После чего было проведено анкетирование среди учащихся нашей школы. В анкете участвовало 256 учащихся.



Результаты анкетирования

№	Вопросы анкеты	1-4 классы	
		да	нет
1	Была ли для вас полезна полученная информация о ГТО?	91%	9%
2	Хотели бы вы участвовать в сдаче норматива ГТО?	73%	27%
3	Есть ли в вашей семье значкисты ГТО?	27%	73%
4	Хотите ли вы быть сильным, быстрым, ловким и здоровым?	100%	—

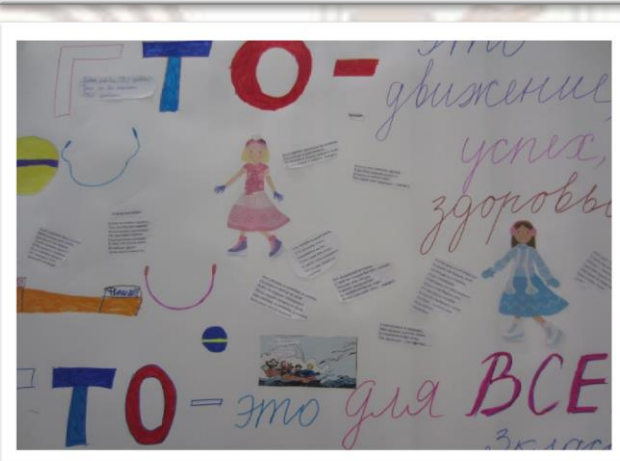


После анкетирования с группой ребят проводились физкультурно-спортивные праздники. В праздниках принимали участие учащиеся с 1 по 4 классы. Показывались фильмы, презентации про ГТО. Дети принимали участие как в спортивных мероприятиях, так и в интеллектуальных играх, в конкурсах плакатов.









Результаты реализации проекта

1. Анкетирование
2. Знакомство с историей ГТО по средствам информации на стенде
3. Посещение Государственного музея спорта, раздел «История спортивного ордена ГТО».
4. Проведения спортивных праздников куда входило: конкурс плакатов – ГТО, просмотр фильмов, презентаций о ГТО, интеллектуальные игры на тему спорт.
5. Участие ребят в сдаче норматива ГТО.





Наши достижения

14 Приказ от 17.07.2019 № 99НГ 208

1	Черпаков Степан	бронза	1	18-77-0065157
2	Черпакова Таисия	бронза	2	18-77-0133631
3	Папикян Ясмина	бронза	1	18-77-0135867
4	Ахмедов Рид	бронза	1	18-77-0134469
5	Маслова Полина	бронза	1	18-77-0067094
6	Шумайлов Иван	серебро	1	18-77-0066130
7	Сергиенко Алёна	серебро	1	18-77-0155507
8	Матушкина Софья	серебро	1	17-77-0101898
9	Грибова Ольга	серебро	2	17-70-0106024
10	Шахнович Анастасия	серебро	1	18-77-0066130
11	Ситников Тимофей	серебро	1	18-77-0155507
12	Мысин Леонид	серебро	1	17-77-0101898



Приказ от 04.07.2019 № 99НГ

13	Хохлова Александра	золото	1	18-77-0133731
14	Райкова Софья	золото	1	18-77-0174447
15	Задарожный Даниил	золото	1	18-77-0134101
16	Бардина Елизавета	золото	2	18-77-0063489
17	Шашков Егор	золото	1	18-77-0065135
18	Самойлов Сергей	золото	2	17-77-0033688
19	Ботвинов Геннадий	золото	2	18-77-0005388
20	Бардина Елизавета	золото	2	18-77-0063489
21	Джимбинова Мария	золото	2	17-77-0090990
22	Ковалёва Маргарита	золото	2	18-77-0053144
23	Петрашко Никита	золото	2	17-77-0022619
24	Андрущак Александр	золото	2	18-77-0042999
25	Бойко Андрей	золото	2	17-77-0107711

ПРИКАЗ № 30 нг от 29.04.2020

1	Александрова Валентина	Золото	1	19-77-0088109
2	Берёзова Ксения	Золото	1	20-77-0011133
3	Лаврикова Елена	Золото	1	20-77-0003321
4	Сидорова Екатерина	Золото	1	20-77-0012757
5	Ткаченко Диана	Золото	1	19-77-0091783
6	Шахнович Анастасия	Золото	2	18-77-0155507
7	Мотин Тимофей	Золото	1	19-77-0072919
8	Исаев Даниил	серебро	2	<i>19-77-0100820</i>
9	Чавгин Кирилл	серебро	1	<i>19-77-0099182</i>
10	Ситников Тимофей	серебро	2	<i>19-77-0086445</i>
11	Киреева Мария	серебро	1	<i>19-77-0086445</i>
12	Дворникова Дарья	серебро	2	<i>20-77-0006234</i>
13	Сегеневич Алиса	серебро	1	20-77-0012724
14	Лорчошвили Кэти	серебро	2	20-77-0006160
15	Лорчошвили Сандро	серебро	2	18-77-0012029

И так далее

СУЛЕЙМАНОВА ЛАЛА ЮРЬЕВНА ВАШ УИН: 17-77-0027226



г Москва,



IXСТУПЕНЬ
(2020)

За успешное выполнение испытаний
присвоен **ЗОЛОТОЙ** знак отличия
(удостоверение №АЕ186394)



Выводы:

- * профилактика болезней, для улучшения самочувствия;
- * существенный вклад в своё здоровье и долголетие;
- * все эти качества помогут сдать нормативы ГТО в любом возрасте.

Заключение.

Тренируясь для сдачи нормативов, мы вносим существенный вклад в своё здоровье. Главное, правильный подход, и результаты будут лишь положительные, ведь спорт - это движение, а движение продлевает жизнь.



Список использованных источников

1. Источники с Интернет-ресурса:

а) <http://gto-normativy.ru/gto-sssr/>;

б) <http://www.smsport.ru/expo/katalog/gto/>

в) значки ГТО (2014)//<http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto.html> – 02.02.2015г.

2. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО):

Указ от 24 марта 2014 г., № 172 / Президент Российской Федерации// Сборник

официальных документов и материалов. – 2014. – № 3. – С. 34.



**Здоровая нация – главная цель
любой цивилизованной страны.**

Спасибо за внимание!

