

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Цнинская средняя общеобразовательная школа №1»

## Сценарий праздника «Мы готовы к ГТО»

Подготовила Плешивцева Л.В.  
10.10.2018

## Сценарий

Всероссийской акции «Мы готовы к ГТО», приуроченной к Всемирному дню здоровья «Друзья спорта»

Цели: популяризация комплекса ГТО.

воспитание интереса к занятиям физкультурой и спортом; ГТО

- развитие двигательной активности;
- воспитание культуры общения учащихся;
- стремление достичь высоких результатов в спорте , при сдачи комплекса ГТО;
- привлечение учащихся к массовым мероприятиям;
- воспитание гордости за свою страну, уважительного отношение к символам своего государства.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Организация полезного проведения свободного времени.
3. Формирование навыков работы в команде, обогащение навыков общения, опыта публичных выступлений, социального взаимодействия
4. Привлечение к сдаче норм ГТО учащихся.

Место проведения: спортивный зал.

Праздник проводится для 5-9 классов.

Для проведения праздника необходимы:

- спортивный инвентарь;
- звукоусилительная аппаратура.

Добрый день, дорогие друзья! Мы начинаем физкультурно-спортивный праздник «Друзья спорта», посвященный возобновлению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Ведущий 2.

Расскажу вам для чего

Сдаём мы нормы ГТО:

Чтоб здоровье укреплять,

Патриотами чтоб стать.

Ведущий 1.

Нужно ведь спортивным быть,  
Чтоб Россию защитить!  
Чтоб спортсменов стало много,  
Чтобы жили люди долго,

Ведущий 2.

Чтобы знал и стар, и млад,  
Что здоровье – это клад!  
И посмотрим - кто кого!  
Все на сдачу ГТО!

Выступление

В нашей жизни всё мгновенно.  
Всё проходит и пройдёт.  
Спортом надо непременно  
Заниматься круглый год.  
Прыгать, бегать, отжиматься,  
Груз тяжелый поднимать,  
По утрам тренироваться,  
Стометровку пробегать.  
Убегая от инфаркта,  
Не щади себя, сосед!  
Бодрый мир веселых стартов –  
Вестник будущих побед!  
Не тушуйся. Не стесняйся.  
Обходишь без докторов.  
Своим телом занимайся.  
Будь здоров!

*Все:* Всегда здоров!

Ведущий 1.

Комплекс ГТО в СССР впервые был принят в 1931 году для школьников 1 – 8 классов по 4 возрастным группам и для населения старше 16 лет по 3 ступеням.

Ведущий 2.

Нормативы изменялись и вносились изменения в 1940 г., 1947 г., 1955 г., 1965 г. Последний комплекс был принят в 1972 г. Он имел 5 возрастных

ступеней: «Смелые и ловкие», «Спортивная смена», «Сила и мужество», «Физическое совершенство», «Бодрость и здоровье».

Ведущий 1.

В 2014 году президент В. В. Путин подписал указ о возвращении системы ГТО. Для школьников будут проводиться испытания по 5 возрастным группам. В беге, подтягивании, отжиманиях, упражнениях на гибкость, прыжках, метаниях, беге на лыжах, плавании, стрельбе.

На нашем празднике мы предлагаем пройти спортивные испытания, включенные в «Нормативы ГТО»

- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами –
- Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики)/ сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки) –
- Поднимание туловища из положения лежа на спине –
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу –

Ну что готовы бороться за значки? Тогда вперед!!!

Команды слово-то за вами

Приветствия команд: Названия, девизы.....

оценивать наши успехи будет жюри в составе: Ведущий: Внимание!  
Внимание! Начинаем соревнование!

Сейчас начинаются «Весёлые старты»

1. Челночный бег — дети стоят в колонне друг за другом, на линии лежит кубик. По сигналу первый бежит до линии (10 метров) берет кубик и возвращается обратно, передает кубик следующему участнику, тот бежит до линии, кладет кубик и бежит передает эстафету следующему участнику



2. Эстафета "Бадминтон. На линии старта стоит первый участник забега. В одной руке у него ракетка, в другой – воздушный шарик. Напротив, на линии финиша, лежит обруч. Игрок должен, ударяя ракеткой по шарiku, провести

шар до финиша и уложить его в обруч. Затем игрок возвращается и передает эстафету следующему. Второй участник бежит к обручу, достает из него шарик и ведет его к команде. Действия чередуются: один игрок бежит с шаром к обручу – к финишу, другой - от обруча. Никто не имеет права нести шар в руках или ударять его рукой, только ракеткой.

### 3. Эстафета «Дружба»

Удерживая лбами надувной мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

### 4. Эстафета. «Хоккей»

Первый участник ведет клюшкой теннисный мяч, огибает кеглю и передает ее своему товарищу по команде. То же самое выполняют все участники эстафеты. Выигрывает команда оказавшаяся на финише первой и не допустившая ошибок.



### 5. Эстафета «Два мяча в паре»

Два участника в скрещенных руках несут два баскетбольных мяча до ограничительного знака и обратно.

### 6. Эстафета Бобслей

У каждой команды по обручу - это "боб". Два участника команды находятся в обруче, Ребята бегут в обруче огибают ориентиры. Выигрывает команда, пришедшая к финишу первой и выполнившая правильно задание.

### 7. Эстафета «Кенгуру».

Прыжки с зажатым между ног мячом до поворотной стойки. Обратно – бег с мячом в руках.



### 8. Эстафета "Переправа"

Команды стоят в колонну по одному. По сигналу судьи игроки начинают переправляться до ориентира при помощи двух обручей “перекладывая их

вперед и используя их как кочки ‘’, оббегают ориентир, возвращаются обратно бегом и отдают два обруча следующему участнику.

#### 9. Эстафета «Мы - вместе».

Начинают соревнование капитаны. Они бегут до поворотной стойки, огибают её, затем возвращаются к команде и цепляют «Вагончик» (следующего участника). Эстафета проводится до тех пор, пока дистанцию не преодолеет вся команда. Побеждает команда, которая первой пройдёт всю дистанцию, не потеряв в пути «вагончики».

#### 8.«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА»

Команды в полном составе перетягивают канат.



Ведущий: Судьи были справедливы,

Может, даже и строги,

Но, в конце концов, поверьте,

Все вы были молодцы.

Для подведения итогов соревнования слово предоставляется главному судье соревнований

*Жюри объявляет итоги праздника. Проводятся награждения победителей.*

#### Ведущий

Всем спасибо за внимание

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования

Обеспечивай успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим всем – до свиданья,

До счастливых новых встреч

