

Сценарий фестиваля ГТО «Будь готов!»

Ход мероприятия:

Построение родителей. Звучит музыка на спортивную тематику.

Выступление детей.

1. Мы видим здесь приветливые лица,
Спортивный дух мы чувствуем вокруг
У каждого здесь сердце олимпийца
Здесь каждый спорту и искусству друг.
2. Спорт – это жизнь, а не игра!
Спорт – распорядок дня с утра!
Спорт – дисциплина, тяжкий труд!
Это праздник и триумф!

Инструктор: Участники - смирно!!!

Фестиваль ГТО «Будь готов!» («Готов к труду и обороне»), прошу считать открытым.

3. Расскажу вам для чего
Сдаём мы нормы ГТО:
Чтоб здоровье укреплять,
Патриотами чтоб стать.
4. Нужно ведь спортивным быть,
Чтоб Россию защитить!
Чтоб спортсменов стало много,
Чтобы жили люди долго.
5. Чтобы знал и стар, и млад,
Что здоровье – это клад!
И посмотрим - кто кого!
Все на сдачу ГТО!

Инструктор: а сейчас немного из истории: 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.

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».

В 2014 году президент В. В. Путин подписал указ о возвращении системы ГТО. Для школьников будут проводиться испытания по 5 возрастным группам, для взрослых по 6 ступеням. Возраст участников не ограничен.

В беге, подтягивании, отжиманиях, упражнениях на гибкость, прыжках, метаниях, беге на лыжах, плавании, стрельбе.

Сегодня вы будете соревноваться в силе, ловкости, быстроте не друг с другом, а сами с собой. Представляю программу спортивного мероприятия: мы сегодня будем соревноваться по 8-ми видам, которые входят в комплекс норм ГТО 1 ступени:

- Челночный бег 3*10
- Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) мальчики
- Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз);
- Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)
- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см);
- Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м
- Поднимание туловища из положения лежа на спине

Пришло время начинать испытания...

Заключение: построение, награждение (сертификат участника фестиваля и значок отличия ГТО - медаль).

Инструктор:

Друзья, пришла пора проститься

И я хочу вам пожелать

Всегда с охотой трудиться

И никогда не унывать.

Всем спасибо за внимание

За задор, за звонкий смех

За огонь соревнований

До спортивных новых встреч!