

Урок Знаний по теме
«Готов к труду и обороне»
в 2-3 классах КРО

Подготовила и провела
Классный руководитель
Бартилова М.В.

Сентябрь 2015г.

Цели и задачи урока:

Образовательные: обеспечить усвоение знаний о движении ГТО, здоровье и здоровом образе жизни.

Развивающие: развитие умственной деятельности (способности делать выводы), мышления, речи, мотивационной сферы (мотивации на ведение здорового образа жизни).

Воспитательные: формирование ценностного отношения к здоровью, активной гражданской позиции.

Тип урока: комбинированный.

Структура урока:

1 этап. Организация начала урока.

2 этап. Актуализация знаний и умений. Постановка проблемного вопроса.

Просмотр мультипликационного фильма «38 попугаев: Зарядка для хвоста» (Союзмультфильм, 1979г.).

3 этап. Работа над изучаемым материалом.

Обсуждение содержания мультипликационного фильма:

- о чем сюжет, каков главный герой,
- что с ним случилось и почему,
- что ему помогло справиться с трудностями,
- какие выводы для себя мы можем сделать на примере приключений главного героя. (*Основные выводы фиксируются на доске*).
- здоровье – это очень важно,
- необходимо придерживаться правил здорового образа жизни (перечислить эти правила),
- физическая культура и спорт
- важные составляющие здорового образа жизни.

4 этап. Систематизация и обобщение знаний.

- Стихотворение С.Я.Маршака «Рассказ о неизвестном герое».
- Рассказ учителя о движении ГТО. Движение ГТО существует давно, это не просто нормативы, а стиль жизни. *«Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) — всесоюзный физкультурный комплекс, составлявший основу государственной системы физического воспитания и направленный на укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие советских людей, подготовку их к трудовой деятельности и защите Родины. В комплекс входили гимнастические упражнения, бег (на короткие и средние дистанции), прыжки (в длину или высоту), метание (диска, копья, толкание ядра и др.), плавание, лыжные гонки (для бесснежных районов — марш-бросок или велогонки), стрельба (только для юношей).*

Комплекс для обучающихся общеобразовательных учреждений состоит из 5 ступеней:

– 1 ступень «Играй и двигайся» - 1*-2 классы (6-8 лет)*- в первых классах школьники знакомятся с видами испытаний, но нормы не сдают.

– 2 ступень «Стартуют все» - 3-4 классы (9-10 лет).

– 3 ступень «Смелые и ловкие» - 5-7 классы (11-12 лет).

– 4 ступень «Олимпийские надежды» - 8-9 классы (13-15 лет).

– 5 ступень «Сила и грация» - 10-11 классы (16-17 лет).

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждаются золотым или серебряным значком «ГТО», выполняющие нормативы в течение ряда лет – «Почётным значком ГТО».

- Загадки о здоровье, здоровом образе жизни, спорте. Обучающиеся отгадывают.

5 этап. Организация работы дома. Предложить обучающимся обсудить дома ГТО и возможности участия в этом движении всей семьей.

Приложение 1

Чтобы быть здоровым с детства

И уж взрослым не хворать.

Нужно каждым утром ранним упражнения прописать.

Нужно встать, присесть, нагнуться,

Вновь нагнуться, подтянуться.

Пробежаться вокруг дома.

Это всем из вас знакомо?

Будет всё у вас в порядке,

Если помнить о ...! (зарядке)

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем

– Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто.

Много лет Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... (гантели)

На белом просторе

Две ровные строчки,

А рядом бегут

Запятые да точки. (лыжня)

Кто по снегу быстро мчится,

Провалиться не боится? (лыжник)

Не похож я на коня,

Хоть седло есть у меня.

Спицы есть.

Они, признаться,

Для вязанья не годятся.

Не будильник, не трамвай,

Но звонить умею, знай! (велосипед)

Очень трудно жарким летом

Пробежать его атлетам,

Много долгих километров

Пролететь быстрее ветра.

Путь нелегок, назван он

Древним словом... (марафон)

Болезнь мне некогда, друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье... (спорт)

Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь
– Все упражненья по порядку!
Поможет вырасти... (зарядка)

Лента, мяч, бревно и брусья,
Кольца с ними рядом.
Перечислить не берусь я
Множество снарядов.
Красоту и пластику
Дарит нам... (гимнастика)

Соберем команду в школе
И найдем большое поле.
Пробиваем угловой
Забиваем головой!
И в воротах пятый гол!
Очень любим мы... (футбол)

Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота - через сетку.
И площадка, а не поле
У спортсменов в... (волейболе)

Приложение 2

Ищут пожарные, Ищет милиция,
Ищут фотографы В нашей столице,
Ищут давно, Но не могут найти
Парня какого-то. Лет двадцати.
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
Каждый К труду-обороне Готов!
Кто же, Откуда И что он за птица
Парень, Которого Ищет столица?
Что натворил он И в чем виноват?
Вот что в народе О нем говорят.
Ехал Один Гражданин По Москве
Белая кепка На голове,
Ехал весной На площадке трамвая.
Что-то под грохот колес Напевая...
Вдруг он увидел Напротив В окне
Мечется кто-то В дыму и огне.
Много столпилось Людей на панели.
Люди в тревоге Под крышу смотрели:
Там из окошка Сквозь огненный дым
Руки Ребенок Протягивал к ним.
Даром минуты одной Не теряя,
Бросился парень С площадки трамвая
Автомобилю Наперерез И по трубе

Водосточной Полез.

Третий этаж, И четвертый, И пятый...

Вот и последний, Пожаром объятый.

Черного дыма Висит пелена.

Рвется наружу Огонь из окна.

Надо еще Подтянуться немножко.

Парень, Слабея, Дополз до окошка,

Встал, Задыхаясь в дыму,

На карниз, Девочку взял

И спускается вниз. Вот ухватился

Рукой За колонну. Вот по карнизу

Шагнул он к балкону...Еле стоит

На карнизе нога, А до балкона

Четыре шага. Видели люди,

Смотревшие снизу, Как осторожно

Он шел по карнизу...

Вот он прошел Половину Пути.

Надо еще половину Пройти.

Шаг. Остановка. Другой. Остановка.

Вот до балкона Добрался он ловко,

Через железный Барьер перелез,

Двери открыл И в квартире исчез...

С дымом мешается Облако пыли.

Мчатся пожарные Автомобили,

Щелкают звонко, Тревожно свистят,

Медные каски Рядами блестят.

Миг - и рассыпались Медные каски.

Лестницы выросли Быстро, как в сказке.

Люди в брезенте Один за другим

Лезут По лестницам В пламя и дым

Пламя Сменяется Чадом угарным.

Гонит насос Водяную струю.
Женщина, Плача, Подходит К пожарным:
- Девочку, Дочку Спасите Мою!
- Нет, Отвечают Пожарные Дружно,
Девочка в здании Не обнаружена.
Все этажи Мы сейчас обошли,
Но никого До сих пор Не нашли!
Вдруг из ворот Обгоревшего дома
Вышел Один Гражданин Незнакомый.
Рыжий от ржавчины, Весь в синяках,
Девочку Крепко Держал он в руках.
Дочка заплакала, Мать обнимая.
Парень вскочил На подножку трамвая,
Тенью мелькнул За вагонным стеклом,
Кепкой махнул И пропал за углом...
Ищут пожарные, Ищет милиция,
Ищут фотографы В нашей столице,
Ищут давно, Но не могут найти
Парня какого-то Лет двадцати.
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!