

## Описание дополнительной общеразвивающей программы

### «ГТО на отлично!»

Данная программа носит физкультурно-спортивную направленность.

В программе представлены контрольные тесты для школьников по физической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Содержание видов спортивной подготовки определено, исходя из содержания федеральной программы Готов к Труду и Обороне (ГТО).

#### **2. Новизна и актуальность, педагогическая целесообразность.**

Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье, является рациональная двигательная активность. Двигательные действия являются мощным фактором, повышающим адаптационные возможности организма, расширяющим функциональные резервы.

Программа секции составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учётом интересов детей к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Программа секции рассчитана на учащихся в возрасте от шести до десяти лет. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений.

Восстановление норм ГТО – возвращение лучших традиций страны, которое в свое время оказало положительное влияние на молодежь. Наша задача – создать необходимые условия для развития физического потенциала нынешних представителей будущего России.

Реализация этой цели будет способствовать решению таких важных задач, как:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;

- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития комплекса ГТО в частности, о роли ГТО в процессе формирования основ культуры здорового образа жизни;

- обучение знаниям, умениям и навыкам в физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

- создание условий для развития творческих способностей обучающихся;

- общее гармоничное развитие детей, увеличение объёма их двигательной активности;

- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

**4. Возраст детей, участвующих в реализации программы :** Программа рассчитана на обучающихся 1-4 классов (6-10 лет).

**5. Срок реализации программы – 1 год.**

**6. Формы и режим занятий.** Занятия проводятся 2 раза в неделю по 45 минут.

**7. Планируемые результаты:** подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО

Оценка уровня физической подготовки школьника, полученная им в ходе сдачи норм ГТО.

**8. Форма подведения итогов.**

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является проведение контрольных занятий, участие в фестивалях ГТО.