

## Аннотация к рабочей программе

### Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Сдача норм ВФСК ГТО»

Программа «Сдача норм ВФСК ГТО» имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана для детей 9-17 лет.

Программа «Сдача норм ВФСК ГТО» разработана на основе нормативных правовых актов и государственных программных документов.

Программа «Сдача норм ВФСК ГТО» нацелена на укрепление здоровья и достижение всестороннего физического развития занимающихся, ориентирована на физическое и патриотическое воспитание личности обучающегося, приобретение начальных знаний, умений и навыков в физической культуре, укрепление здоровья учащихся в течение всего периода обучения. А также выявление и подготовка одаренных детей и подростков для успешного освоения ими в дальнейшем базовых дополнительных общеобразовательных (предпрофессиональных) программ в области физической культуры и спорта.

Комплекс ГТО направлен на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Эти физические качества преимущественно развиваются с помощью спортивных, подвижных игр и эстафет определенной направленности. Данная программа призвана привлечь к занятиям оздоровительными физическими упражнениями детей для достижения физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности, необходимых им для подготовки к общественно-полезной деятельности.

Занятия по программе создадут тот фундамент, который позволит учащимся восполнить недостаток двигательной активности, научит вести здоровый образ жизни, поможет найти свое место в коллективе сверстников. Кроме того, у учащихся происходит формирование навыков и умений, которые могут пригодиться им во время прохождения службы в рядах Российской армии, силовых структурах.

**Цель программы:** развитие общей физической подготовки и укрепления здоровья учащихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой и успешного выполнения на этой основе нормативов ВФСК ГТО; приобретения навыков и умения самостоятельно заниматься физической культурой.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- повысить уровень теоретических знаний обучающихся об организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных и интернет-технологий;
- развивать основные физические способности (качества);
- получить основные знания и комплексе ГТО;
- сформированы умения проявлять физические способности при

выполнении испытаний (тестов) комплекса ГТО;

- закрепить арсенал двигательных умений и навыков, приобретённых на учебно-тренировочных занятиях;

- создать положительного отношения обучающихся к комплексу ГТО, мотивировать к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

- обучить соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями прикладной направленности.

**Развивающие:**

- развивать умения взаимодействовать с окружающими, выполняя разные физические упражнения в пределах физических потребностей и возможностей учащегося;

- развивать познавательные, эмоциональные и волевые качества учащегося;

- развивать общие координационные способности (обучение основам техник прыжков, метания, бега); развить умения технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

- развивать основные физические способности учащихся, повысить функциональные возможности их организма;

- развивать быстроты реакции и перестроение двигательных действий (обучение работы в парах, обучение работы в группе);

- развивать согласованности работы в команде (обучение работы в команде, командные действия).

**Воспитательные:**

- провести работу по воспитанию нравственных и волевых качеств личности учащихся, привлекались к участиям в массовых патриотических мероприятиях;

- сформировать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;

