

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Геройская средняя школа» Сакского района Республики Крым

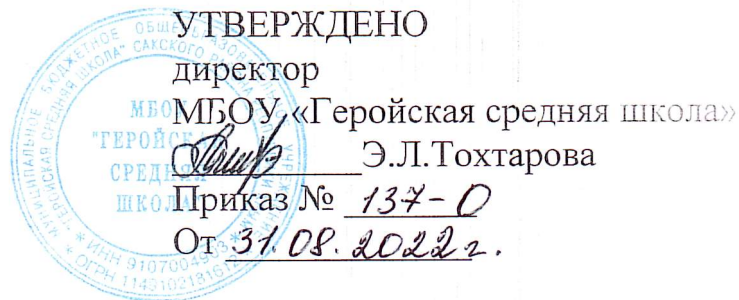
РАССМОТРЕНО

на заседании  
педагогического  
совета

Протокол № 10  
От 31.08, 2022 год

УТВЕРЖДЕНО

директор



МБОУ «Геройская средняя школа»

Э.Л.Тохтарова

Приказ № 137-0

От 31.08.2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Я ВЫБИРАЮ ГТО»  
IV ступень

Направленность – физкультурно-спортивная.  
Срок реализации программы 1 год  
Вид программы – модифицированная  
Уровень - стартовый  
Возраст обучающихся - 13-14 лет  
Составитель: Демко Надежда Николаевна  
должность – педагог дополнительного образования

с. Геройское,

2022.г

## 1. Комплекс основных характеристик программы.

### 1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Я выбираю ГТО» (далее РПДО) разработана в соответствии следующей нормативно-правовой базой:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №2 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07.2020);

- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» ;

- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 N°16) ;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р ;

- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3 ;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);



**Адресат программы:** программа предусматривает обучение в возрасте 13-15 лет.

**Объем и срок освоения программы:** 1 год

**Уровень программы:** стартовый

**Формы обучения:** очная

**Особенности организации образовательного процесса:** занятия проводятся в соответствии с учебным планом. Обучающиеся разбиты по группам согласно возрастным категориям

**Режим занятий:** : 1 часав неделю, согласно расписанию .( группа 1)

## 1.2 Цель и задачи программы

**Цель:** формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Достижение цели осуществляется в ходе решения следующих **задач:**

обучающие;

овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека

повышение информированности учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий;

развивающие

развитие детского и детско-юношеского спорта в образовательной организации;

увеличение количества учащихся, регулярно занимающихся спортом;

увеличение уровня физической подготовленности учащихся;

соблюдение рекомендаций к недельному двигательному режиму;

обеспечение учащихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.

воспитательные

формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

подготовка команд образовательной организации для выступления на Фестивалях ГТО различных уровней;

Практическая значимость.

Внедрение ВФСК «ГТО» в общеобразовательных организациях является очень своевременным и актуальным. Данный комплекс предусматривает выполнение установленных нормативов, а также участие в физкультурно-спортивных мероприятиях. Возрождение комплекса призвано способствовать

	финиширования				
5.	Бег на 30 м		1		
6.	Бег на 30 м		1	1	
7.	Эстафетный бег.		1		
8.	Бег на 60 м		1	1	
9.	Бег на 60 м		1	1	
10.	Стартовый контроль.		1	1	соревнования
11.	Бег в равномерном темпе 2 км		1	1	
12.	Бег в равномерном темпе 3 км		1	1	
13.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики)		1	1	
14.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики)		1	1	
15.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки, мальчики)		1	1	
16.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки, мальчики)		1	1	
17.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу		1	1	
18.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу		1	1	
19.	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости Наклон вперёд из положения ,стоя с прямыми ногами на полу		1	1	
20.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости		1	1	
	<i>Испытания (тесты) по выбору</i>				
21.	Челночный бег 3—10 м		1	1	



повышению уровня физического воспитания, формированию здорового образа жизни, готовности к труду и обороне у подрастающего поколения.

Рабочая программа дополнительного образования «Я выбираю ГТО» призвана оказать помощь в подготовке учащихся к выполнению норм ВФСК «ГТО», положительно мотивировать к увеличению двигательной активности через участие в предлагаемых дополнительных занятиях.

Подготовка и непосредственно выполнение тестов ГТО позволит более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс или регресс), понимать его причины.

Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом, для укрепления здоровья населения России.

### 1.3 Воспитательный потенциал

Воспитательная работа по программы «Я выбираю ГТО» предполагает, что в результате проведения воспитательных мероприятий (сдача нормативов), будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения интереса к физическим занятиям и уровня личностных достижений.

### 1.4 Содержание программы

#### IV СТУПЕНЬ

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
	<i>Обязательные испытания</i>				
1.	Вводное занятие Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений Комплекс ГТО в общеобразовательной организации.	1		1	
2.	Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом	1		1	
3.	Разминка и её значение в занятиях физическими упражнениями	1		1	
4	Техника высокого старта, стартового разгона,	1		1	

22	Челночный бег 3—10 м		1	1	
23	Прыжок в длину с разбега		1	1	
24	Прыжок в длину с разбега		1	1	
25	Промежуточный контроль		1	1	соревнования
26	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		1	1	
27	Прыжки на скакалке до 3 минут.		1	1	
28	Прыжки на скакалке до 3 минут.		1	1	
29	Метание малого мяча весом 150 г		1	1	
30	Метание малого мяча весом 150 г		1	1	
31	Поднимание туловища из положения лежа на спине		1	1	
32	Поднимание туловища из положения лежа на спине		1	1	
33	Кросс на 3 км		1	1	
34	Кросс на 3 км		1	1	
35	Итоговый контроль		1	1	соревнование
36	Итоговый контроль	1		1	
	<b>ИТОГО</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	<b>36</b>	

Содержание рабочей программы дополнительного образования «Я выбираю ГТО» состоит из двух разделов: «Теория ВФСК «ГТО»» и Практика «Физическое совершенствование».

#### IV СТУПЕНЬ

##### Теория ВФСК «ГТО».

Возрождение ВФСК «ГТО». Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление



индивидуальных комплексов для утренней гимнастики, физкультминуток, физкульт

### **Практика Физическое совершенствование.**

**Упражнения для развития скоростно-силовых способностей:** бег с ускорением от 30 до 60 м; техника высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (60 м); эстафетный бег; челночный бег 3х30 м; прыжок в длину с места, прыжки через препятствия; техника метания малого мяча на дальность; метание малого мяча на дальность в коридор 5-6 м.

**Упражнения для развития выносливости:** бег в равномерном темпе от 7 до 10 минут, бег на длинные дистанции (1000 м, 2000 м), прыжки на скакалке до 3 минут.

**Упражнения для развития силы:** сгибания и разгибания рук в упоре лёжа, подтягивания на высокой перекладине (юноши) и низкой перекладине (девушки), отжимания на брусьях, приседания, поднятие туловища в положении лёжа за 1 минуту, поднятие ног в висе на гимнастической стенке, броски набивных мячей 2 кг.

**Упражнения для развития координационных способностей:** метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м,

**Упражнения для развития гибкости:** наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперед в положении сидя, с помощью партнёра, выпады вперед и в сторону, полупагаты.

**Соревнования:** выполнение контрольных нормативов, предусмотренных в 4 ступени ВФСК «ГТО» стартовый контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль.

## **1.5 Планируемые результаты**

**Личностные результаты** отражаются в готовности учащихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовки к выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностными результатами, формируемыми при реализации РПДО «Я выбираю ГТО», являются:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;



– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

– формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

– усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

**Метапредметные результаты** отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своей деятельности и подготовки к выполнению нормативов, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

В соответствии с ФГОС ООО, СОО метапредметные результаты включают в себя универсальные учебные действия (УУД). Выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

*Регулятивные УУД:*

– умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать новые задачи во внеурочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

– умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

– умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности её решения;

– владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора во внеурочной деятельности.

*Познавательные УУД:*

– умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения поставленных задач;

– формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

*Коммуникативные УУД:*

– умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;

– умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

– умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

– умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;

– формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).



## Предметные результаты:

### Ученик будет знать:

- Что такое комплекс ГТО в общеобразовательной организации;
- Понятие «Физическая подготовка – основа успешного выполнения нормативов комплекса ГТО».

### Уметь:

- владеть техникой бега на 30м, 60 м, 100 м;
- владеть техникой челночного бега;
- прыгать в длину с места, через препятствия;
- бегать на длинные дистанции: 1 км, 2 км, 3 км, 5 км;
- подтягиваться, отжиматься;
- поднимать туловище в положении лежа за 1 минуту;
- метать мяч (снаряд);
- выполнить наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;

### Учащиеся будут уметь демонстрировать:

- максимальный результат при сдаче норм ГТО.

Основным инструментарием для оценивания результатов является Приказ Министерства спорта РФ № 575 от 08.07.2014 г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## 2 Комплекс организационно – педагогических условий

### Календарный учебный график программы

Продолжительность образовательного процесса – 36 учебных недель:  
начало занятий – 1 сентября, завершение - 31 мая.

	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31	31	
	у	у	у	у	у	у	у	у		у	у	у	у	у	у	у			у	у	у	у		у	у	у	у			у	у	у	у	у
									к									к	к			к								к				

График занятий: 1 раза в неделю, занятия по 1 академическому часу с 10-минутным перерывом согласно расписанию по группам.



## 2.2 Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Материально-техническое обеспечение программы: Занятия проводятся на базе МБОУ «Геройская средняя школа» Сакского района Республики Крым, в спортивном зале.

### 1. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Имеется в наличии	Необходимо приобрести
<b>Список литературы для педагога:</b>			
1.	Федеральный образовательный стандарт общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897).	1	-
2.	Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: уч. пос. для общеобразоват. Организаций/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2015.	1	-
3.	Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» 5-9 класс.	1	-
4.	Требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	-
<b>Список литературы для учащихся:</b>			
1.	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2013, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
2.	Лях В.И. Физическая культура. 8-9 класс. – М.: Просвещение, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
<b>Специализированный программно-аппаратный комплекс педагога:</b>			
1.	Персональный компьютер с предустановленным программным обеспечением (Операционная система Windows, MSOffice для создания, обработки и редактирования	1	-



	электронных таблиц, текстов и презентаций)		
2.	Копировально-множительная техника (многофункциональное устройство для сканирования и печати)	1	-
<b>Измерительные приборы:</b>			
	Компрессор для накачивания мячей	0	-
	Секундомер	1	-
	Вертикальная шкала для измерения глубины наклона	1	-
	Пульсометр	0	-
	Весы медицинские с ростомером	0	-
	Аптечка медицинская	1	-
<b>Спортивное оборудование:</b>			
	Брусья гимнастические	1	-
	Перекладина гимнастическая	1	-
	Скамейка гимнастическая	3	-
	Стенка гимнастическая	4	-
	Маты гимнастические	4	-
	Маты поролоновые	8	-
	Скамейка атлетическая наклонная	1	-
	Гантели наборные	1	-
	Мяч набивной 1 кг	4	-
	Мяч набивной 2 кг	4	-
	Мяч набивной 5 кг	4	-
	Мяч малый 150 г	5	-
	Мяч теннисный	5	-
	Скакалка гимнастическая	5	-
	Палка гимнастическая	-	-
	Планка для прыжков в высоту	-	-
	Стойка для прыжков в высоту	-	-
	Рулетка измерительная 10 м	1	-
	Эстафетные палочки	2	-
	Конусы (оранжевые)	10	-
	Флажки	10	-
	Фляжки стартовые	5	-
<b>Шрифтовые ресурсы:</b>			
	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a> – Образовательный портал «Российской образование»		



**Кадровое обеспечение** : занятия проводит педагог дополнительного образования Демко Надежда Николаевна.

**Методическое обеспечение образовательной программы:**

- **Особенности организации учебного процесса** : Занятия проходят очно в спортивном зале МБОУ « Геройская средняя школа»

- **Методы обучения** : словесный, наглядный , практический , игровой.

- **Формы организации образовательного процесса:** групповая

- **Формы организации учебного занятия** : практическое занятие, соревнование, эстафета.

- **Педагогические технологии** : технология группового обучения и технология здоровьесберегающая.

**Алгоритм занятия.**

План проведения занятия предполагает следующие этапы:

Приветствие,

Разминка,

Определение темы занятий,

Информация о теме,

Тренинг (игра..),

Усвоение темы,

Закрепление материала, подведение итогов.

**Дидактические материалы:**

- использование карточек (с заданиями, с описаниями упражнений)
- использование наглядности (презентации, слайды, фотографии, видео соревнований), инвентаря (маты . мячи, скакалки, скамейки..)

### 2.3 Формы аттестации и контроля

С целью выявления уровня освоения программы проводится: входной контроль – проводится с целью определения физической подготовки детей (беседа, сдача нормативов ГТО ); промежуточная аттестация – с целью определения изменения уровня физической подготовки детей, их способностей (беседа, тестирование, спортивные соревнования); итоговая аттестация – с целью определения результатов обучения (итоговые занятия, контрольные нормативы, тестирование); текущий контроль – осуществляется постоянно (тестирование, опрос, сдача нормативов)

Успешность усвоения содержания программы контролируется с помощью таблицы мониторинга результатов (приложение №1( в разделе 3), где результаты отмечаются согласно показателям по нормативам



## 2.4 Список литературы

№ п/п	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Имеется в наличии	Необходимо приобрести
<b>Список литературы для педагога:</b>			
1.	Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897).	1	-
2.	Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: уч. пос. для общеобразоват. Организаций/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2015.	1	-
3.	Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» 5-9 класс.	1	-
4.	Требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	-
<b>Список литературы для учащихся:</b>			
1.	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2013, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
2.	Лях В.И. Физическая культура. 8-9 класс. – М.: Просвещение, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-







**3.1 Оценочные материалы.**  
 Приложение к программе (Фонд оценочных средств)

**3.2 Методические материалы**  
 Хранятся у учителя

**3.3 Календарно-тематическое планирование (по ступеням)**

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**IV СТУПЕНЬ**

№	Тема	Форма проведения
	<i>Обязательные испытания</i>	
1.	Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений Комплекс ГТО в общеобразовательной организации.	лекция,
2.	Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом	лекция,
3.	Разминка и её значение в занятиях физическими упражнениями	тренировка
4.	Техника высокого старта, стартового разгона, финиширования	лекция, тренировка
5.	Бег на 30 м	лекция, тренировка
6.	Бег на 30 м	тренировка
7.	Эстафетный бег.	лекция, тренировка
8.	Бег на 60 м	тренировка
9.	Бег на 60 м	тренировка
10.	Стартовый контроль.	соревнования
11.	Бег в равномерном темпе 2 км	тренировка
12.	Бег в равномерном темпе 3 км	тренировка
13.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики)	лекция, тренировка
14.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики)	тренировка
15.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки, мальчики)	лекция, тренировка
16.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки, мальчики)	тренировка
17.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	лекция, тренировка

	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	тренировка
	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	лекция, тренировка
	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости	тренировка
	<i>Испытания (тесты) по выбору</i>	
	Челночный бег 3—10 м	лекция, тренировка
	Челночный бег 3—10 м	тренировка
	Прыжок в длину с разбега	лекция, тренировка
	Прыжок в длину с разбега	тренировка
	Промежуточный контроль	соревнования
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	тренировка
	Прыжки на скакалке до 3 минут.	лекция, тренировка
	Прыжки на скакалке до 3 минут.	тренировка
	Метание малого мяча весом 150 г	лекция, тренировка
	Метание малого мяча весом 150 г	тренировка
	Поднимание туловища из положения лежа на спине	лекция, тренировка
	Поднимание туловища из положения лежа на спине	тренировка
	Кросс на 3 км	тренировка
	Кросс на 3 км	
	Итоговый контроль	
	Итоговый контроль	соревнование
	ИТОГО	36







«О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС - 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019);

- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

Устав МБОУ «Геройская средняя школа» Сакского района Республики Крым от 08.02.2018. №44.

- Положение об организации дополнительного образования обучающихся МБОУ «Геройская средняя школа»

**Направленность.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я выбираю ГТО» относится к программам **физкультурно-спортивной** направленности и предназначена для детей в возрасте 13-15 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения ( 4 ступень)

**Актуальность.** В соответствии с Указом президента РФ «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) и в соответствии с требованиями ФГОС нового поколения целью физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является содействие всестороннему физическому развитию личности ребенка посредством обеспечения его необходимым уровнем общего физического образования и общей физической подготовленности.

**Новизна программы** «ГТО» заключается в внедрении комплекса ГТО и повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

**Особенностью программы** является методы интенсификации и оптимизации, которые повышают целенаправленность обучения и усиление мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения; в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

**Педагогическая целесообразность.** В основе физического воспитания школьников лежит формирование физической культуры личности, которая достигается сочетанием следующих форм обучения – урок физической культуры и дополнительные занятия для учащихся. Физическое воспитание направлено на формирование мотивации и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной деятельности, в разносторонней физической подготовленности занимающихся.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 506007919238457772130328223527430359021468957954

Владелец Тохтарова Эльвина Ленуровна

Действителен с 06.11.2022 по 06.11.2023