

Муниципальное автономное образовательное учреждение-  
средняя общеобразовательная школа №156

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом Школы  
Протокол № 9 от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ-СОШ №156  
Н.В. Павлова  
августа 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная программа  
кружка «Готов к труду и обороне»

Направленность: физкультурно- спортивная  
Возраст детей 11-17 лет  
Срок реализации: 1 год

## Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Готов к труду и обороне»

Программа составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования) (для 5-8 классов);
3. Постановление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10» «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями на 29.06.2011) (далее - СанПиН 2.4.2. 2821- 10).
6. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г № 189 г. Москва «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011г., регистрационный №19993.
7. Примерной программы «Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО»; учебное пособие для общеобразовательных организаций/ В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М., Просвещение, 2016, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, Положением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне».

**Актуальность:** возвращение ГТО в Россию востребовано временем и социальными факторами. Оно позитивно встречено большинством россиян. Здоровье народа бесценно, и его фундамент закладывается, в том числе и подобными общегосударственными мероприятиями регулярного характера. Нарботанный десятилетиями механизм основы системы физического воспитания жизнеспособен, и можно надеяться, что его реализация вскоре инициирует прогресс в развитии российского спорта.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее по тексту Комплекс ГТО) является программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации, устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации, включает виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, навыков ведения здорового образа жизни, двигательных навыков и умений.

**Новизна программы.** Данная программа является авторской, имеет как оздоровительное, так и прикладное значение. Программа ориентирована на развитие у учащихся основных физических качеств и прикладных навыков из видов спорта: лёгкой атлетики, стрельбы, лыжного спорта.

Программа предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами учащихся от 11 до 17 лет установленных Комплексом ГТО нормативов, по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия.

Основной особенностью двигательной деятельности в Комплексе ГТО является большое разнообразие. Комплекс ГТО охватывает весь спектр физических качеств и состоит из следующих частей:

первая часть (нормативно-тестирующая) предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности учащихся, на основании результатов выполнения установленных нормативов с последующим награждением знаками отличия Комплекса ГТО;

вторая часть (спортивная) направлена на привлечение учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом с учетом возрастных групп населения с целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов.

### **Цель и задачи программы**

Программа предусматривает ориентацию на следующую **цель**:

· выполнение учащимися нормативов комплекса ГТО и получение ими знака отличия.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих **задач**:

· создание положительного отношения учащихся к физической культуре, спорту и Комплексу ГТО:

· развитие основных физических способностей (качеств) и повышение функциональных возможностей организма учащихся, за счет углубления знаний, двигательных умений и навыков;

· мотивирование учащихся к гармоничному и всестороннему развитию личности;

· пробуждение интереса к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

· воспитание патриотизма и гражданственности;

· формирование умений максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний (тестов) Комплекса ГТО.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Павлова Наталья Викторовна

Действителен с 25.03.2021 по 25.03.2022