

## АННОТАЦИЯ

### К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «АЗБУКА ГТО»

Возрождение системы ГТО может реально повлиять на повышение уровня как психического, так и физического здоровья нации. Интеграция ВФСК ГТО в систему дошкольного образования связана с выделением в комплексе 1й ступени (от 6 до 8 лет): воспитанники подготовительных групп (дети 6 лет) уже могут сдавать нормативы ВФСК ГТО. У воспитанников дошкольных образовательных учреждений необходимо не только развивать физические способности, но и формировать представление о ВФСК ГТО.

Данная программа предназначена для всех обучающихся, в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

**Цель программы:** приобщение детей к здоровому активному образу жизни и формирование интереса к спорту посредством физкультурно-оздоровительной организации с помощью внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в систему работы дошкольного учреждения.

#### **Задачи программы:**

- Снизить уровень заболеваемости воспитанников и повысить индекс здоровья.
- Познакомить детей с программой ГТО, традицией их проведения, символикой.
- Сформировать у воспитанников общие представления о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности; сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.
- Продолжать работу по созданию условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей.
- Содействовать формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни и формированию физических качеств и двигательных способностей, в игровой и соревновательной деятельности.
- Разработать инновационные методы и формы подготовки детей 6-7 лет для эффективной и комплексной сдачи норм ГТО первой ступени.
- Осуществлять преемственные связи при подготовке к школе в условиях детского сада — образовательная область «Физическое развитие».

**Сроки реализации:** 2 года.

**Возраст детей** – 5-7 лет.

**Количество обучающихся** в группе: от 15 до 25 человек.

**Режим работы:** 3,5 часа в неделю. Время 1 занятия (академического часа) – до 45 минут, время перерывов между занятиями от 5 до 10 минут. Периодичность проведения занятий – 3 раза в неделю.

**Количество часов:** объём часов в год – 126 часов.

#### **Форма обучения.**

Форма занятий - очная, очно-дистанционная, с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

#### **Формы организации занятий.**

Основными формами организации обучающего процесса в объединении являются: групповые занятия, индивидуальные, комбинированные; виды занятий: теоретические (лекции), практические, мастер-классы, соревнования, самостоятельная работа, электронное обучение (ЭО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) по приказу учреждения.

#### **Методы и приемы проведения занятий:**

- словесные методы (рассказ, объяснения, указания);
- наглядные методы (показ, демонстрация);
- практические методы (опробование упражнения, самостоятельное выполнение, соревнования).

## **Критерии и способы определения результативности**

1. Усвоение теоретических знаний (беседа);
2. Устойчивость интереса к занятиям физической культурой (индивидуальная беседа, коллективная рефлексия);
3. Физическое развитие обучающихся (педагогическое наблюдение).
4. Выполнение нормативов (тестов) ВФСК ГТО для дошкольников (1 ступень).

### **В результате освоения содержания программы учащиеся должны:**

*Знать* - что такое ГТО; виды обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору комплекса ГТО; технику и правила выполнения видов испытаний (тестов) комплекса ГТО; правила безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями, подвижными играми, эстафетами и причины травматизма.

*Уметь* - соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями прикладной направленности, подвижными играми, эстафетами; правильно выполнять тестовые упражнения комплекса ГТО; максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний (тестов) комплекса ГТО; самостоятельно заниматься физическими упражнениями, способствующими разностороннему физическому развитию.

*Иметь навык* - приобретенные знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг и для успешного выполнения нормативов по возрастной ступени комплекса ГТО на знак отличия в Центре тестирования по месту жительства.