

## Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Подготовка к ГТО»

Рабочая программа курса внеурочной деятельности составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным государственным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки от 17 декабря 2010 года № 1897;

- Примерной основной образовательной программой основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).

В рабочей программе учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Программы развития и формирования универсальных учебных действий, Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года, которые обеспечивают формирование российской гражданской идентичности, овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу для саморазвития и непрерывного образования, целостность общекультурного, личностного и познавательного развития учащихся, коммуникативных качеств личности.

*Целями реализации рабочей программы являются:*

- подготовить учащихся к участию в сдаче норм «Готов к труду и обороне» на втором уровне;
- формировать представления о безопасном образе жизни;
- достижение выпускниками планируемых личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

*Достижение поставленных целей при реализации рабочей программы предусматривает решение следующих задач:*

- формирование потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- популяризация участия в сдаче нормативов «Готов к труду и обороне»;
- формирование спортивных навыков и умений в области бега (60м), прыжков в длину, кросса, сгибания и разгибания рук в упоре лежа, упражнений на гибкость, подъема туловища из положения лежа (д), подтягивания на высокой перекладине (м);
- формирование представлений о безопасном образе жизни;
- формирование готовности и способности учащихся к саморазвитию, личностному самоопределению, построению индивидуальной образовательной траектории;
- формирование у учащихся способности к организации своей учебной деятельности в области физической культуры посредством освоения личностных, познавательных, регулятивных и коммуникативных универсальных учебных действий;
- формирование самоконтроля, самооценки, волевых качеств при занятиях физической культурой;

- формирование представлению гигиене, здоровом образе жизни;
- воспитания отношения к процессу образования, как общечеловеческой ценности.

### **Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

Проблема сохранения, укрепления здоровья детей, приобщения детей к здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом в наши дни становится все более актуальной: ежегодно наблюдается резкое снижение процентов здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно- психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные - значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Введение норм ГТО также способствует общенациональному приобщению к занятиям физической культурой и спортом. Готовить подрастающее поколения к участию в сдаче норм ГТО нужно начинать со школьной скамьи в рамках урочной и внеурочной деятельности.