

## **Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности «Мой первый путь к значку ГТО» 7 класс**

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.

Данная программа создана на основе положения «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Целевую группу образуют учащиеся 7-го класса МКОУ «Сучковская СОШ». Возраст учащихся 13- 14 лет.

Продолжительность реализации данной программы – 1 год. Программа внеурочной деятельности «Мой первый путь к значку ГТО» разработана для проведения занятий внеурочной деятельности с учащимся 7 класса.

При реализации данной программы предлагается следующий режим занятий: 1 час в неделю.

### **Целью программы является:**

Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. А также устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

### **Задачи программы:**

- Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- Подготовка к выполнению обучающихся 7-го класса установленных нормативных требований по трем уровням трудности;
- Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- Воспитание положительных качеств личности.

### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

- сформированы первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие организма;

- учащиеся овладели умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- сформированы навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями гибкости, как одного из физических качеств