

Аннотация

к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Прикладно-ориентированная физическая культура (ГТО)»

начальное общее образование, 1-4 класс.

Программа внеурочной деятельности разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом на основе программы «Внеурочная деятельность Подготовка к сдаче комплекса ГТО», авторы: В.С Кузнецов; Г.А Колодницкий и Положением «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Цель программы:

создать условия для овладения знаниями об основах физической культуры и здоровом образе жизни, для формирования физической культуры личности обучающихся, совершенствования физической подготовки.

Задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- спортивная подготовка к соревнованиям.

Направление рабочей программы: спортивно-оздоровительное.

Программа рассчитана на 1 час в неделю (1 класс-33 часа, 2-4 классы-34 часа). В ОУ для проведения ВД отведён 1 час, поэтому обучающиеся 1-4 классов занимаются одновременно.

Рабочая программа разработана для 1-4 классов (возраст учащихся 7-10 лет).

Содержание программы представлено следующими разделами:

№	Наименование раздела
1	Основы знаний
2	Двигательные умения и навыки
3	Спортивные мероприятия