

АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа физкультурно-спортивной направленности «Подтянись к движению!»

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Подтянись к движению!» (далее – Программа) разработана в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 № 70226);
- СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28.

Данная Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность** и предназначена для образовательных организаций дополнительного образования, реализующих общеразвивающие программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.

Программа предполагает **стартовый уровень освоения**.

Актуальность программы состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество детей к участию в сдаче норм ВФСК «ГТО», а также мотивировать к увеличению двигательной активности через желание улучшить свои результаты при сдаче норм ГТО.

Отличительные особенности программы

Занимаясь по предложенной Программе, дети не просто подготовятся к сдаче нормативов ГТО они станут участниками яркого образовательного события, связанного с развитием физической подготовленности, имеющего для каждого участника высокую личностную значимость.

За короткое время (*программа является краткосрочной*) ребята познакомятся с историей и нормативами физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», попробуют свои силы в сдаче упражнений комплекса (подобранные в соответствии с возрастными особенностями обучающихся). Содержание Программы включает 4 совершенно разных занятия: игра-праздник, мастер-класс, дистанционная тренировка, выполнение контрольно-тестовых упражнений (импровизированная сдача нормативов ГТО). *Активная смена форм занятий и короткий срок реализации Программы* особенно актуальны для обучающихся дошкольного возраста. Такой подход позволяет поддерживать устойчивый интерес к каждому занятию и содержанию Программы в целом.

По результатам освоения Программы и сдачи контрольно-тестовых упражнений ребята награждаются сертификатами и призами. Предполагается *участие обучающихся в Муниципальном фестивале ГТО I ступени среди дошкольников Ломоносовского района*, что вместе является мощным стимулирующим и мотивирующим фактором для дальнейшего

привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, последующего участия в ВФСК «ГТО» и формированию у них культуры здорового образа жизни.

Данная Программа реализуется в *сетевом взаимодействии с дошкольными учреждениями* Ломоносовского района (сетевыми партнерами). Сетевой партнер осуществляет кадровое обеспечение (музыкальный работник, медицинский работник) и предоставляет помещения для проведения занятий.

Успешное решение задач, определенных Программой возможно в интегративном процессе взаимодействия взрослого и ребенка. Поэтому Содержание Программы предусматривает *тесное взаимодействие всех участников образовательного процесса*: педагога, родителей и детей. Педагог помогает обучающимся приобрести мотивацию к занятиям физкультурой, применяя игровые и соревновательные формы работы, привлечение родителей предполагает положительное влияние на становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек) у детей. Так, одно из занятий проводится *с применением ЭОР и дистанционных образовательных технологий*: домашние тренировки, которые подготовлены педагогом и размещены на сайте ОУ, также родители регистрируют своих детей на сайте ВФСК ГТО.

Адресат Программы: дети в возрасте от 5 до 8 лет (при отсутствии противопоказаний для занятий физкультурой).

Объем и срок реализации Программы: – 1 месяц (4 часа)

Режим занятий: 1 раз в неделю не более 25 минут.

Цель программы: физическое развитие детей посредством их практического знакомства с комплексом ГТО I Ступени.

Задачи программы:

обучающие:

- формирование специальных знаний, умений и навыков посредством игрового и соревновательного действия на основе комплекса ГТО I ступени;
- знакомство с правилами безопасности при выполнении заданий;
- формирование первичных представлений о здоровом образе жизни;

развивающие:

- совершенствование физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- увеличение двигательной активности;
- раскрытие потенциала каждого ребенка;
- развитие морально-волевых качеств;
- развитие внимания, мышления;
- развитие коммуникативных качеств и умения работать в команде.

воспитательные:

- воспитание нравственных качеств личности обучающихся, таких как трудолюбие, ответственность, уважение к окружающим;
- формирование интереса и потребности к занятиям физической культурой и спортом, привычки к здоровому образу жизни.