

Аннотация к программе «ГТО для дошколят»

Программа ДО «ГТО для дошколят» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа создана для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

Данная программа состоит в расширении и углублении знаний детей и направлена на формирование и развитие культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, организацию их свободного времени.

Программа рассчитана для детей 5 - 7(8) лет и усложняется согласно нормативов по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам. Виды нормативов и испытаний (тестов), входящие в программу, направлены на определение уровня развития физических качеств детей: выносливости, силы, гибкости и его скоростных возможностей.

Темы занятий программы дают дошкольникам более целостное представление о наиболее популярных в молодежной среде видах спорта, входящих в комплекс ГТО, Субъектов Российской Федерации, о Государственных требованиях комплекса ГТО внутри каждой ступени: обязательные, по выбору. Об уровне, нормативах и испытаниях (тестах), в том числе по национальным, военно-прикладным и по наиболее популярным в молодежной среде видам спорта.

Цель: Формирование физического развития и укрепление здоровья, обеспечение гармоничного и всестороннего развитие личности, воспитание патриотизма.

задачи:

Обучающие:

- обучать результативно, уверенно и точно выполнять основные виды физических упражнений входящих в комплекс ГТО;
- обучить технике безопасности при выполнении основных видов упражнений входящих в комплекс ГТО.

Развивающие:

- развивать двигательные навыки и физические качества, успешно проявлять быстроту, ловкость, выносливость, силу, гибкость;
- формировать потребность в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта и стремления к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению.

Воспитательные:

- воспитывать потребность постоянно проявлять самоконтроль и самооценку;
- воспитывать волевые качества, стремиться к лучшему результату, четко осознавать зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.

Занятия проводятся с детьми старшей, подготовительной к школе группы.

Форма занятий – групповая.

Год обучения – 1.

Количество занятий в неделю – 1 занятие по 25-30 минут.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 24796901158842737022784036765956054387186855841

Владелец Шабалина Марина Николаевна

Действителен с 11.05.2023 по 10.05.2024