

## **Реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" через учебную программу по предмету физическая культура (из опыта работы)**

Старкова Н.Ф. –  
учитель физической культуры  
ГБОУ СОШ п.г.т. Волжский

В соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом, к 2020 году должна достигнуть 40%, Исправить ситуацию и достичь указанных целей, призван ряд мер, принимаемых на государственном уровне. Ключевой из них стало введение в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), главной целью данной меры является охват всего населения страны общим спортивным движением.

ГТО – важный этап в развитии системы физического воспитания. Он способствует дальнейшему внедрению физической культуры в повседневную жизнь людей, Создает необходимые возможности для всесторонней физической подготовки населения к труду и обороне Родины. Подготовка молодёжи к выполнению требований и сдачи нормативов комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки и самостоятельно.

Урок физкультуры — это неотъемлемая часть учебного процесса. Физическая нагрузка просто необходима современным подросткам. Увеличение количества детей с хроническими заболеваниями, избыточная масса тела детей, зависимость от компьютерных игр, следствие сидячего образа жизни.

В расписании каждого образовательного учреждения предусмотрено три урока физической культуры, которые учат обучающихся чередовать интеллектуальную и физическую деятельность, развивать двигательные качества, поддерживать высокий уровень активности.

В чём заключается роль учителя физической культуры в условиях реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО?

Создать положительную мотивацию у школьников для занятий спортом, совершенствовать физические качества, приобщать к физкультуре и спорту через привлечение их к сдаче норм ГТО.

Для этого необходимо решить следующие задачи:

- вырабатывать положительное представление о комплексе ГТО; - обеспечивать внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания обучающихся;

- повышать интерес обучающихся к развитию физических и волевых качеств, воспитывать гражданственность и патриотизм;

- помочь осознать обучающимся значимость физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в любом возрасте;

- сформировать у обучающихся умения и навыки здорового образа жизни;

- обобщать и распространять опыт работы школы по применению современных физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий в условиях внедрения комплекса ГТО.

Для реализации поставленных задач используется:

1. Информационное сопровождение - информационный стенд и наглядные материалы по выполнению норм ГТО, буклеты, информация на сайте школы, конкурс рисунков и плакатов.

2. Беседы, уроки, анкетирование - направленные на пропаганду здорового образа жизни, историю и значение ВФСК ГТО в жизни человека;

3. Дополнительная внеурочная деятельность - направленная на развитие двигательных качеств обучающихся, оздоровление, проведение физкультурно-спортивных соревнований, внутришкольных соревнований на выполнение испытаний норм ГТО;

4. Формирование групп по возрастным ступеням для сдачи норм ГТО;

5. Использование современных форм спортивно-оздоровительной направленности - проведение мастер-классов «Делай как я!» для обучающихся 5-7 классов по разным видам нормативов ГТО, спортивно-просветительный марафон для 1-4 классов «Я знаю! Я смогу!», «Веселые старты», акции, фестивали и т.д.;

6. Итоговое награждение победителей и призеров спортивных мероприятий и торжественное вручение знаков ГТО.

Показатели эффективности деятельности:

- привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

- увеличение количества обучающихся сдавших нормы ГТО;

- сформированность позитивных установок и ценностей ЗОЖ;

- снижение случаев противоправного поведения учеников;
- увеличение числа лиц, отказавшихся от вредных привычек;
- увеличение числа родителей, включившихся в реализацию проекта;

Основные результаты реализации внедрения Комплекса включаются в учебную программу и оцениваются: в количестве обучающихся принявших участие в сдаче норм ГТО, в результатах сдачи контрольных тестов ГТО и рамках мониторинговых исследований.

Внедрение Комплекса в ГБОУ СОШ п.г.т Волжский осуществляется в рамках учебной программы по физической культуре общеобразовательного учреждения на протяжении всего периода обучения с контрольной сдачей нормативов в установленные годы обучения, с 1 по 11 классы. При разработке рабочей программы по физической культуре и программ внеурочной деятельности физкультурно-спортивного и оздоровительного направления для обучающихся были включены нормативы в соответствии с требованиями с I по V ступеней комплекса ГТО.

Предъявляемые требования к учащимся на уроке физической культуры зависят от того, к какой группе здоровья он относится. К сдаче норм ГТО допускаются обучающиеся основной медицинской группы.

Учитель определяет задания учащимся для подготовки их к сдаче норм ГТО.

В образовательную программу по предмету Физическая культура, программы внеучебной деятельности включается деятельность, которая обеспечивает выполнение испытаний комплекса ГТО, подготавливает к тестированию по нормам комплекса ГТО.

Комплекс ГТО, ФГОС — это те механизмы, которые должны способствовать развитию у детей осознанной необходимости здорового образа жизни, учитывая особенности здоровья каждого ребенка. Если у ребенка с хроническим заболеванием или здорового ребенка наблюдается динамика в выполнении нормативов по физкультуре, то это показатель правильной работы преподавателя.