



**Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»**





МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»



ПРОЕКТ

**Внедрение комплекса ВФСК ГТО в Яшкинском
муниципальном районе**



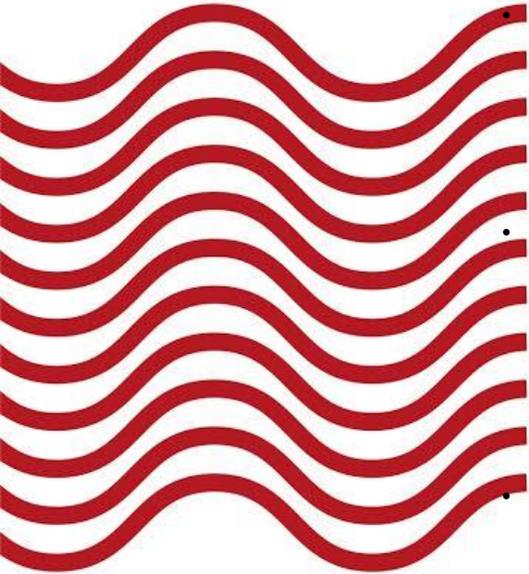
- **Введение**

- Одной из приоритетных задач современного общества специалисты всегда называли и называют задачу воспитания здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни, способного защитить себя и своих близких в любой жизненной ситуации. В последнее время этот вопрос всё чаще встает на повестке дня, особенно это касается молодого поколения.

- В связи с этим возникает проблема самого процесса внедрения комплекса в образовательной организации. Каким образом этот процесс должен происходить? При каких условиях? Какие формы и методы лучше всего использовать во время внедрения комплекса ГТО? Данный проект, чем и обуславливается его актуальность, направлен на решение возникающих трудностей.

- Министерство спорта России подписало приказ №575 от 08июля 2014г. о государственных требованиях к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях, сегодня на наш взгляд является актуальным и принципиальным.

- Сейчас ГТО – реальная гарантия максимального вовлечения людей в занятия физкультурой и приобщение к здоровому образу жизни. Совершенно очевидно, что Всероссийский физкультурный комплекс ГТО является одним из мощных рычагов физического воспитания населения нашей страны. Комплекс ГТО имеет программно-нормативную основу системы физического населения и имеет целью способствовать формированию морального и духовного облика российских людей, их всестороннему гармоническому развитию, сохранению на долгие годы крепкого здоровья и творческой активности.



Цель проекта: внедрение физкультурного комплекса ГТО в образовательную школу, привлечение как можно большего числа людей к активному отдыху и занятию спортом.

Таким образом, мы поставили перед собой следующие задачи:

- Создать условия для успешной социализации различных категорий обучающихся с учетом состояния их физического и морально-психологического здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей.
- Обеспечить поддержку педагогов, активно внедряющих в образовательный процесс элементы инновационных технологий физкультурно-оздоровительной работы.
- Увеличить долю обучающихся до 50% выполнивших физкультурно-спортивный комплекс «ГТО» на «золотой», «серебряный», «бронзовый» знак.

Участники, реализующие данный проект

Участниками проекта может выступить учитель физической культуры. Обучающиеся школы являются непосредственными участниками проекта, так как именно им предстоит осваивать и выполнять нормативы, предусмотренные комплексом «Готов к труду и обороне». Данным проектом также предусмотрена работа с работниками образовательного учреждения и родителями (законными представителями) учащихся.



Процесс реализации внедренческой деятельности

1 этап работы:

информационная работа с работниками организации и представителями школьных объединений в рамках общешкольного собрания на тему внедрения ВФСК ГТО, определение состава школьной комиссии по внедрению и подготовке документации по всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу ГТО. Документация по внедрению ГТО содержит следующее:

1. Состав школьной комиссии по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и план ее работы на учебный год (утвержденные приказом директора).
2. План работы по физическому воспитанию обучающихся на учебный год, включающий работу по комплексу ВФСК (ГТО) (утвержденный приказом директора). Общее количество учащихся I – XI классов по состоянию на 1 сентября со списками обучающихся.
3. Количество допущенных к выполнению норм комплекса ГТО по классам (на основании допуска врача, утвержденного директором).
4. Рабочая документация: журналы по фиксированию результатов выполнения нормативов (протоколы с результатами обучающихся (копии протоколов муниципальной рабочей группы), журналы регистрации результатов ВФСК (ГТО), решения школьной комиссии по итогам работы, иные организационные документы или подтверждающие сведения.

Процесс реализации внедренческой деятельности

Школьная комиссия включает в себя:

1. Руководитель образовательного учреждения.
2. Заместитель директора по учебной работе.
3. Учитель физической культуры.
4. Медицинский работник
5. Заместитель директора по воспитательной работе.
6. Председатель школьного родительского комитета.

Процесс реализации внедренческой деятельности

2 этап работы:

Начало агитационно-пропагандистской работы и взаимодействие со средствами массовой информации. Члены школьной комиссии выступают на педагогических советах, общешкольных родительских собраниях, единых уроках, классных часах на тему внедрения ВФСК ГТО. Организуются общешкольные стенды, содержащие нижеперечисленные материалы:

Нормативные документы (указ Президента РФ, постановление правительств РФ, РТ, муниципального образования, приказы управления образования, образовательной организации);

Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;

материалы, отражающие ход выполнения нормативов и требований комплекса в классах и в целом по школе;

расписание работы спортивных секций, рекорды школы, разрядные нормы по видам спорта, таблицы оценки результатов соревнований, фотоматериалы.

Единый урок ГТО



Процесс реализации внедренческой деятельности

3 этап работы:

Организация тренировочных тестирований по выполнению нормативов комплекса. Основная работа возлагается на специалиста, или учителя физической культуры, прошедшего специальную подготовку. Положением о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» предусмотрены виды испытаний (тесты) и нормативные требования. Выделяют обязательные испытания в соответствии со степенями и испытания по выбору:

- на развитие быстроты;
- на определение развития скоростных возможностей;
- на определение развития выносливости;
- на определение скоростно-силовых возможностей;
- на определение развития силы и силовой выносливости;
- на развитие гибкости.

Испытания по выбору включают:

- тесты на развитие координационных способностей;
- тесты на овладение прикладным навыком.

Комплекс предусматривает три уровня трудности (золотой, серебряный и бронзовый знаки отличия Комплекса ГТО).

Важную роль в привлечении школьников к активным занятиям физическими упражнениями, спортом играет высокая культура в организации и проведении учебных и внеклассных занятий по физической культуре и особенно соревнований по выполнению норм комплекса ГТО. Необходима также оперативная информация о ходе выполнения норм комплекса ГТО учащимися каждого класса. Учеников которые первыми получают золотые знаки, должны знать все в школе.

НОРМАТИВНО-ТЕСТИРУЮЩАЯ ЧАСТЬ

Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) Государственные требования к физической подготовленности населения Российской Федерации.

- 🕒 **I СТУПЕНЬ (мальчики и девочки 1 - 2 классов, 6 - 8 лет)**
- 🕒 **II СТУПЕНЬ (мальчики и девочки 3 - 4 классов, 9 - 10 лет)**
- 🕒 **III СТУПЕНЬ (мальчики и девочки 5 - 6 классов, 11 - 12 лет)**
- 🕒 **IV СТУПЕНЬ (юноши и девушки 7 - 9 классов, 13 - 15 лет)**
- 🕒 **V СТУПЕНЬ (юноши и девушки 10 - 11 классов, среднее профессиональное образование, 16 - 17 лет)**

Для каждой ступени в соответствии с возрастом разработана тестирующая часть, в которой точно указывается какие физические упражнения должен выполнить ребёнок для получения знака.

В коридоре школы оформлен стенд «Нормативы ГТО». Каждый ребенок, а также любой желающий, который захочет выполнить нормативы, может ознакомиться с ними.

После каждой сдачи нормативов результаты будут заноситься принимающими в протоколы, и оформляться ответственными в сводную ведомость. Результаты по желанию участников могут быть опубликованы на сайте школы.

Задача учителя физической культуры заключается в физической подготовке учащихся к выполнению нормативов, проведении тренировочных испытаний (тестов), и, следовательно, заключении о готовности того или иного учащегося к выполнению нормативов на муниципальной базовой площадке.

На данном этапе внедрения комплекса необходимо разработать календарно-тематический график по приему нормативов.

В зависимости от имеющейся учебно-материальной базы площадок, их расположения, целесообразно разделить прием нормативов ВФСК (ГТО) у обучающихся на три условных сессии: осеннюю (сентябрь-октябрь), зимнюю (февраль - март), весеннюю (апрель-май).

Примерные сроки и этапы реализации проекта

На реализацию данного проекта
предусматривается 2016-2017
учебный год.



Ожидаемый результат:

Основным планируемым результатом при условии обеспечения системного целенаправленного процесса является:

у детей:

- повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;
- повышение интереса детей к здоровому образу жизни;
- показательные выступления школьных команд на районном уровне,
- желание посещать спортивные секции и кружки, активно участвовать в спортивных мероприятиях МБОУ, более осознанно заниматься физкультурой совместно с родителями.
- соответственно у детей повысится иммунитет, снизится заболеваемость и будет прослеживаться положительная динамика физического развития;

у педагогов:

- повышение интереса к здоровому образу жизни;
- повышение профессионального мастерства педагогов в здоровье сбережении;
- создание единого воспитательно–образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений педагогов с родителями;
- оформление выставки детских работ «Если хочешь быть здоров - закаляйся»;
- участие социума в спортивной жизни школы,
- использование технологии проектной деятельности;
- внедрение ИКТ в работу;
- желание вести пропаганду ЗОЖ среди обучающихся и их родителей;

у родителей:

- повышение интереса к физическим упражнениям и спорту;
- повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;
- создание единого воспитательно–образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений педагогов с родителями;
- активное участие в образовательном процессе, желание вести ЗОЖ.



Дальнейшее развитие проекта:

- систематически проводить физкультурно-оздоровительную работу с учащимися;
- расширять понятие здорового образа жизни;
- продолжать учить учащихся использовать полученные знания и умения в жизни.



Внеурочная игровая деятельность, как часть подготовки к выполнению ГТО

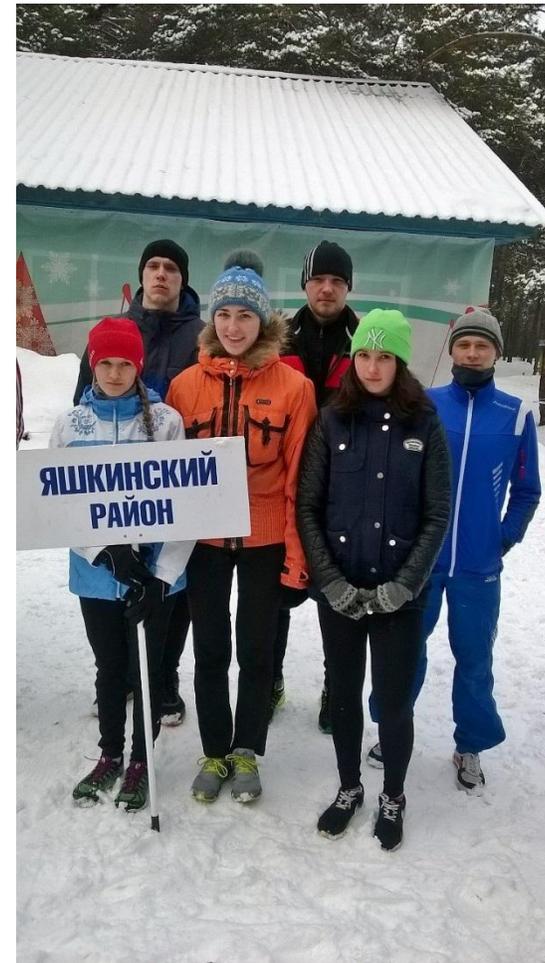


Военно-спортивные соревнования "А ну-ка, парни!"



Подготовка учащихся к выполнению нормативов комплекса ГТО во внеурочное время





**Ежегодное участие
команды
Яшкинского района
в областных фестивалях
ВФСК ГТО**

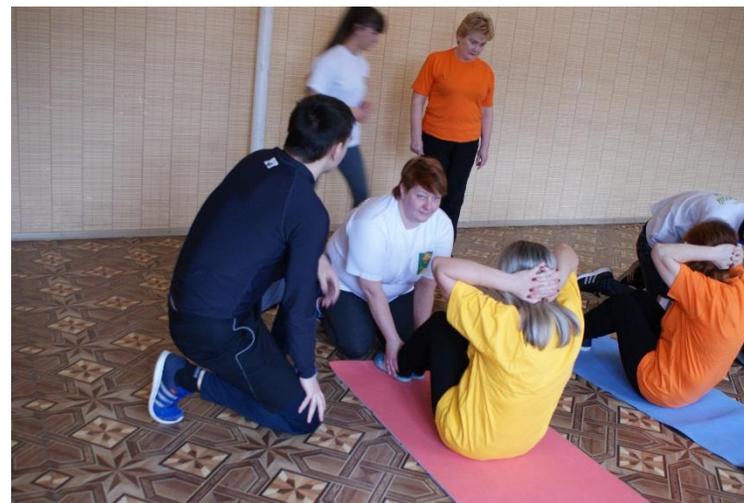
**Утренняя зарядка! Вот настроению и тонусу
организма на весь рабочий ключ к хорошему дню!**



Прием нормативов ВФСК ГТО в рамках празднования Дня физкультурника



Прием
нормативов
ГТО
среди
трудящихся



Массовая лыжная гонка «Лыжня России - 2017» в рамках выполнения норматива ГТО



Традиционная легкоатлетическая эстафета посвященная дню Победы в рамках выполнения норматива ГТО



Летний муниципальный этап Фестиваля ВФСК ГТО 2017



Заключение

- Особенность данного проекта заключается в доступности изложения, адекватной ресурсоемкости реализации проекта, содержании информации об апробации и результатах. Данный проект прост в понимании и исполнении, не требует больших затрат. Проект вполне адаптирован для сельских школ.
- Создание комфортной культурно-досуговой среды, в которой бы уютно себя почувствовали различные слои населения, учет в деятельности запросов, интересов и потребностей обучающихся, создание условий для массового занятия физкультурой и спортом не только в урочное, но и во внеурочное время – первоочередные задачи, которые стоят в настоящее время не только в нашей школе, но и в районе. Пропаганда здорового образа жизни, проведение массовых мероприятий, таких, как «А ну-ка, парни!», «Весёлые старты», «Лыжня России», «Кросс наций», и т.д. – отличный пример для подражания. В мае состоялся Летний муниципальный этап фестиваля ВФСК ГТО под девизом "От знака ГТО к олимпийской медали!" В рамках фестиваля состоялись соревнования по видам: прыжки в высоту, прыжки через скакалку, поднимание туловища, подтягивание, отжимание, метание мяча в цель и на дальность, бег на короткие дистанции, кросс.
- Глядя на все это, дети должны более активно пойти в спорт, тем более, что судя по результатам опроса желание, стремление заниматься спортом есть практически у каждого .
- При соблюдении всех этапов проекта, эффективность процесса внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» гарантирована.

