

**Аннотация к курсу внеурочной деятельности физкультурно - оздоровительной направленности
«Физическая культура: ГТО» для 5-9 класса**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Физическая культура: ГТО» для 5-9 классов, реализующего воспитательный потенциал предметной области «Физическая культура», составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 31 мая 2021 г. №287.

Учебники:

«Физическая культура. 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций, под редакцией М.Я. Виленского – М. Просвещение, 2021.

В.И. Лях, «Физическая культура. 8-9 классы, учебник для общеобразовательных организаций, М.: Просвещение, 2018.

Целью учебного курса «Физическая культура: ГТО» является:

- внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания школьников;
- повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности;
- подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Задачи:

Образовательные:

- углубление знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, приобретённых на уроках физической культуры;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- обогащение двигательного опыта обучающихся физическими упражнениями с общеразвивающей и прикладной направленностью, техническими действиями видов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Развивающие:

- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие основных физических способностей (качеств) и повышение функциональных возможностей организма;
- совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

Воспитательные:

- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
- формирование осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- создание положительного отношения школьников к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно – оздоровительной деятельности.

Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю (36 ч в год)

Тематическое планирование с указанием количества часов:

Название раздела, темы	Количество часов				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Знания о физической культуре	В процессе урока				
Способы физкультурной деятельности	В процессе урока				
Физкультурно-оздоровительная деятельность	В процессе урока				
Общеразвивающие упражнения	В процессе урока				
Лёгкая атлетика	14	14	14	17	16
Гимнастика	7	7	7	7	6
Лыжная подготовка	7	7	7	7	7

Спортивные игры. Баскетбол Волейбол	3	3	3	0	0
ИТОГО	34	34	34	34	33