

## Организация работы по внедрению ВФСК ГТО в школе.

В настоящее время в области физического воспитания и спорта все настойчивее обращают внимание на то, что задачи модернизации российского образования выдвигают новые требования к системе физического воспитания учащихся.

Воспитательная роль физической культуры, особенно в отношении молодого поколения, неизмеримо велика, поэтому преподавательская деятельность в школе направлена на эффективную организацию учебного процесса, который способствует психологическому и социально-культурному становлению учащихся, путем создания условий для формирования осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и повышением уровня физической подготовленности.

Физическое состояние, уровень физической подготовленности, ухудшение здоровья учащихся определяют невозможность противостояния неблагоприятным условиям внешней среды и трудностям, связанным с изменением социально-политического и экономического устройства общества.

24 марта 2014 г. вышел Указ Президента Российской Федерации о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». В нем говорится о том, что для дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации с 1 сентября 2014 г. вводится в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

В настоящее время тема возрождения комплекса «ГТО» является актуальной, так как содержит нормативную основу физического воспитания и является критерием определения уровня физической подготовленности.

Основными задачами ГТО в школе являются:

- определение уровня физической подготовленности учащихся, владение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности;
- организация массового физкультурно-спортивного досуга учащихся;
- пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
- повышение интереса молодежи к развитию физических и волевых качеств, готовности к труду и защите Родины.

*Целью* внедрения Комплекса ГТО в настоящее время является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации.

**В основе комплекса ГТО лежит двигательная активность.**

Двигательная активность- это вид деятельности человека, при котором активация обменных процессов в скелетных мышцах обеспечивает их

сокращение и перемещение человеческого тела или его частей в пространстве, поэтому физические упражнения, повышающие двигательную активность, крайне необходимы на всех этапах школьного возраста.

Все виды двигательной активности и почти все тесты нормативов ГТО предусматривают повышение двигательной активности.

Двигательная активность повышает способность усвоения поступающей информации, поэтому физические упражнения помогают процессу обучения школьника и становлению нравственной личности.

Для школьников старших классов усвоение новых физических упражнений имеет практическое значение для подготовки грядущего перехода к военной службе, спортивной или трудовой деятельности, т.к. тренировка в усвоении определенных движений при выполнении физических упражнений приучает школьника автоматически управлять мышцами для выполнения движений, необходимых в процессе производства или какого-либо вида спорта.

После 23 лет забвения ГТО возвращается в школы, в высшие учебные заведения, в жизнь каждого гражданина, занимая важные позиции в качестве показателя успеваемости ученика.

В настоящее время план поэтапного введения комплекса ГТО утвержден распоряжением Правительства России.

Значительную помощь оказывает школьный спортивный клуб «Вершина».

Ребята, занимающиеся в клубе, становятся победителями и призерами разных соревнований.

### **Разработана нормативная база:**

**I.** Положение о внутришкольных спортивных соревнованиях между классами по комплексу ГТО, в которое входят следующие разделы:

1) Общее положение (в связи с чем проводятся соревнования);

2) Цели:

- развитие массового спорта в школе;
- пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
- повышение интереса юношей старших классов к развитию физических и волевых качеств, готовности к защите Отечества;
- осуществление контроля за уровнем физической подготовленности и степенью владения практическими умениями;
- организация культурно-спортивного и массового досуга обучающихся.

3) Участники (участниками соревнований являются учащиеся 1-11 классов школы, допущенные по состоянию здоровья к спортивным соревнованиям.

4) Ступени и правила выполнения тестовых испытаний комплекса ГТО.

**II.** План мероприятий на 2020-2021 уч.год по внедрению комплекса ГТО, в который вошли разделы:

1) **Первый раздел**

- организационная деятельность, где в сентябре, январе и апреле провести мониторинг состояния здоровья и уровень физической подготовленности учащихся;

-Сформирована школьная комиссия по приему испытаний комплекса «ГТО»;

- Организована работа школьных спортивных секций по видам:

1. Фитнес
2. Пулевая стрельба
3. ОФП

- оформлен информационный стенд ВФСК «ГТО»;

- составлен календарь школьных спортивно-массовых мероприятий.

## 2) **Второй раздел**

Мероприятия по организации ВФСК «ГТО», это:

- организация и проведение испытаний комплекса «ГТО» с учащимися 1-11 классов;

- спортивные соревнования по различным видам спорта в младших классах, среднем и старшем звене;

- классные часы о физической культуре и здоровом образе жизни; дни здоровья;

- конкурсы презентаций;

- конкурс рисунков «ГТО-ПЕРЕЗАГРУЗКА»;

- выступления на родительских собраниях и педсовете по внедрению и продвижению ВФСК «ГТО» в школе;

- исследовательские работы.

Помимо детей в сдаче норм ГТО принимают участие учителя, технические работники возраст которых выше 50 лет.

А также спортивные мероприятия в рамках антинаркотических месячников, акции «Я выбираю спорт!», **пропаганда физической культуры и спорта – вот основная деятельность школьного спортивного клуба.**

3) **Третий раздел** – заключительный этап, в котором запланировано составить отчет об итогах реализации внедрения комплекса, разместить информацию о ходе реализации внедрения ВФСК «ГТО» на сайте школы.

**III.** Оформлены итоговые протоколы сдачи норм комплекса по каждой возрастной ступени.

В итоговый протокол сдачи норм комплекса ГТО входят 8 видов:

- бег на короткие дистанции (30,60,100м.);

- бег на длинные дистанции (1км, 1.5 км., 2км.- согласно возраста);

- прыжок в длину с места;

- подтягивание на высокой перекладине (М); и сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (Д);

- метание снаряда (м/мяч, граната);

- наклон вперед;

- подъем туловища из положения лежа на спине;

- лыжные гонки;

-стрельба из пневматической винтовки.

**IV.** Оформлен информационный стенд «Нормы ГТО».