**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Подготовка учащихся к сдаче норм комплекса ГТО»**

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Возраст:** 6-18 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Разделы программы:**

1. Основные занятия
2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей
3. Спортивные мероприятия

**Цель программы:** внедрить комплекс ГТО в систему физического воспитания школьников, повысить эффективность использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма.

**Задачи программы:**

* Создание положительного отношения учащихся к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
* Углубление знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, приобретенных на уроках физической культуры;
* Развитие основных физических качеств;
* Формирование умений максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний.