

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ



*«Система внедрения и
реализации комплекса*

ГТО

в МОУ «Тырновская СОШ»

Автор проекта: Рыбалкина Татьяна Александровна – учитель
физической культуры первой квалификационной категории
МОУ «Тырновская СОШ»

Сроки реализации проекта: 01.09.2014 -31.05.2019 гг.



АННОТАЦИЯ ПРОЕКТА

«Система внедрения и реализации комплекса ГТО в МОУ «Тырновская СОШ»

Новизна проекта заключается в организации комплекса мер по созданию и развитию популярных в молодежной среде стимулов к осознанному ведению здорового образа жизни, а также по формированию современных механизмов вовлечения неспортивных ребят в регулярные занятия физической культурой и спортом, в общественно-полезную деятельность.

Необходимость разработки и реализации данного проекта вызвана Указом Президента РФ В.В. Путина, в соответствии с которым с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации введен в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа физического воспитания населения. А по данным Министерства спорта РФ, с января 2016 года комплекс будет внедрен во всех школах страны по всем возрастам, а с 1 января 2018 года - среди всего населения от 6 до 70 лет.

В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Актуальность проекта состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество обучающихся школы, а также учителей и родителей к участию в сдаче норм ВФСК «ГТО», а также положительно мотивировать к увеличению двигательной активности через желание улучшить свои результаты при сдаче норм ГТО, путём поступления в различные спортивные секции и кружки.

Цель проекта: популяризация здорового образа жизни, вовлечение детей, молодежи в регулярные занятия физической культурой, развитие массового спорта, гражданско-патриотическое воспитание молодого поколения, подготовка допризывников к выполнению конституционного долга по защите Отечества. **Задачи проекта:**

1. Создать благоприятные условия для сдачи норм ВФСК «ГТО» и развития мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом.
2. Обеспечить обучающихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.
3. Достичь 100% охвата обучающихся основной группы здоровья, а также привлечение учителей и родителей при внедрении ВФСК «ГТО» в МОУ «Тырновская СОШ»

В реализации цели и задач проекта будут задействованы следующие **методы:**

- социологическое исследование вовлеченности обучающихся в занятия по предмету «Физическая культура» посредством анкетирования обучающихся 3-11 классов и их родителей
- обучающие занятия, направленные на пропаганду сдачи ВФСК «ГТО»;
- мероприятия, направленные на укрепление и сохранение здоровья, в том числе спортивные;
- издание листовок и рекомендаций для школьников и родителей и их размещение на стенде школы;
- выпуск информационно-справочного материала (буклеты, брошюры);
- оповещение обучающихся и их родителей о проводимых мероприятиях через информационные стенды и сайт школы.
- предоставление информации для СМИ.

Результаты реализации проекта:

- привлечение 100% детей и подростков, отнесённых к основной группе здоровья к сдаче нормативов ВФСК «ГТО» через повышение мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом и создание для этого благоприятных условий.
- 100% информированность обучающихся о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране;
- привлечение учителей и родителей к сдаче нормативов ГТО.

Кадровое обеспечение реализации проекта:

В реализации проекта участвуют:

- заместитель директора по воспитательной работе для административного контроля реализации проекта (координация сил и средств для выполнения проекта);
- учителя физической культуры для организации и проведения приёма нормативов комплекса «ГТО» (организация и проведение соревнований, спортивных мероприятий);
- медицинский персонал школы (медицинское сопровождение, организация контроля за состоянием здоровья участников проекта, осуществление допуска к сдаче нормативов и наблюдение за проведением мероприятий);
- специалисты социально-психологической службы школы (проведение социологического опроса, анкетирования, мониторинг результативности проекта);
- социальные партнеры школы: администрация Тырновского сельского поселения, родительская общественность.
- инициативная группа обучающихся 7-8, 10 классов - (разработка информационных материалов - стенд, мультимедийная презентация, проведение информационных мероприятий для младших классов)

Сроки и этапы реализации проекта.

- Подготовительный этап - сентябрь-ноябрь 2015 г.
- Основной этап - декабрь 2015г.- апрель 2017г.
- Заключительный этап - май 2017 г. – сентябрь 2019 гг., этап – контрольно-обобщающий / рефлексивный (ежегодно)

Целевая аудитория проекта: обучающиеся 1-11 классов, их родители, учителя. Особое внимание будет уделяться также следующим категориям обучающихся:

- обучающимся «группы риска», состоящим на ВШУ;
- обучающимся, немотивированным к занятиям спортом;
- детям из неблагополучных семей;
- детям со сниженным иммунитетом.

Пояснительная записка

«Если приоритет здорового образа жизни будет в полной мере реализован в школе, то мы гораздо легче справимся с формированием современной системы здравоохранения в целом».

Д.А. Медведев

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, 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. Целью вводимого комплекса является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывался ранее, и будет закладываться сейчас фундамент для будущих достижений страны в спорте и обороне. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания молодежи.

Как бы в подтверждение общественной значимости и актуальности данного проекта, отметим, что все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решит пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, - целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиться успеха в условиях конкуренции на рынке труда, а наша задача помочь им в этом, т.к. их достижения будут иметь не просто личностный, а социальный смысл.

Настоящий проект «Система внедрения и реализации комплекса ГТО в МОУ «Тырновская СОШ» содержит актуальность выбранной темы, цели и задачи, анализ ситуации и желаемых результатов, проектное решение, оценку необходимых для реализации проекта ресурсов, описание ожидаемых результатов, возможных рисков и способов снижения.

Проект является практически значимым для систем образования регионального, муниципального уровней. Идея проекта состоит в получении адаптированной к веяниям времени системы внедрения комплекса ГТО, рекомендаций по ее реализации, а также возможности реализации данного проекта в любом образовательном учреждении, находящемся на территории Российской Федерации.

Объект проекта: добровольное выполнение нормативов комплекса ГТО обучающимися и членами коллектива школы на занятиях физической культурой и спортом.

Предмет проекта: внедрение комплекса ГТО в образовательном учреждении.

Гипотеза: возможно, если регулярно заниматься физической культурой и спортом, то можно улучшить уровень физической подготовки и выполнить норматив ГТО.

Историческая справка.

«Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) — программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях в СССР,

основополагающая в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодёжи существовала с 1931 по 1991 год. Охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет. В 1931 году был принят единый для всей страны государственный комплекс «Готов к труду и обороне СССР», включавший 24 обязательные и общедоступные физкультурные нормы. Комплекс ГТО состоял из одной ступени, которая включала 15 нормативов по различным физическим упражнениям (бег, прыжки, метания, плавание, лыжи и др.). Кроме того, сдающие комплекс должны были знать основы советского физкультурного движения и военного дела.

Высокая идейная и политическая направленность комплекса ГТО, простота и общедоступность физических упражнений и видов спорта, включенных в его нормативы, их очевидная польза для укрепления здоровья и развития навыков и умений, необходимых в повседневной жизни, сделали комплекс ГТО популярным среди населения и особенно среди молодежи. В 1931 году значкистами ГТО стали 24 тысячи физкультурников, в 1932-м — 465 тысяч и в 1933 году 835 тысяч физкультурников. В 1932 году была введена 2-я ступень комплекса ГТО, содержащая 25 норм: 3 теоретических требования и 22 практических испытания по различным видам физических упражнений. Она была значительно сложнее. Сдать все нормативы можно было только при условии систематических тренировок.

Те, кто освоил и выполнил специальные нормативы, награждались значком ГТО. Позже были введены нормативы ГТО II ступени – повышенной трудности, а в 1934 году – облегченный комплекс «Будь готов к труду и обороне СССР», предназначенный для юношей и девушек. Таким образом, три ступени комплекса ГТО стали основой советской государственной системы физического воспитания трудящихся. С тех пор степень освоения физкультурниками комплекса ГТО стала одним из важнейших показателей качества массовой физкультурной работы на фабриках и заводах, в колхозах и совхозах, в школах, вузах и других учебных заведениях, в учреждениях и на предприятиях страны, в воинских частях и на кораблях. О популярности и роли комплекса ГТО в жизни нашего государства свидетельствует тот факт, что к началу Великой Отечественной войны более 8 миллионов советских граждан успешно сдали все нормы комплекса и были награждены значком ГТО первой или второй ступени.

В 2014 году Президент Российской Федерации Владимир Путин подписал Указ о возвращении системы «Готов к труду и обороне». По словам министра образования Дмитрия Ливанова, начиная с 2015 года, результаты сдачи комплекса ГТО будут учитываться при поступлении в высшие учебные заведения.

Теоретическая обоснованность проекта

Президент РФ Владимир Владимирович Путин предложил воссоздать физкультурный комплекс ГТО ("Готов к труду и обороне"). Эту идею глава государства озвучил во время совещания по развитию системы физического воспитания. "Возрождение этой системы в новом, современном формате может принести большую пользу. Назвать его можно по-разному. Здесь меньше всего хотелось бы пользоваться какими-то бюрократическими аббревиатурами. Сейчас не придумаем нового названия, но эту систему надо возродить, и я просил бы включиться в эту работу по поиску самого названия", — сказал В.В. Путин.

В.В. Путин также предложил учитывать сдачу спортивных нормативов при поступлении в вузы. Президент подчеркнул, что работа по физической подготовке обучающихся должна учитываться при оценке эффективности учебных заведений. "Тогда директора детских садов и

школы будут беспокоиться о том, чтобы каждый ребенок занимался спортом", - заявил президент.

Президент потребовал привлекать к физической культуре всех детей вне зависимости от состояния здоровья, но разрабатывать для них специальные корректирующие программы. "В 14 лет две трети детей в России уже имеют хронические заболевания, у половины школьников отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, у 30% нарушения сердечнососудистой и дыхательной систем, до 40% призывников не в состоянии выполнить минимальные нормативы физ. подготовки военнослужащих", — заявил Путин на совещании.

По словам главы государства, причин такой ситуации очень много — социальные проблемы, положение дел в семьях, состояние здравоохранения, а также ситуация в школах. Сейчас лишь около 83% общеобразовательных учреждений имеют спортивные залы, из них более 42% нуждаются в усовершенствовании и реконструкции. "Современный оснащенный спортзал должен быть в каждом учебном заведении. Решить эту задачу нужно в ближайшие годы", — сказал Путин. При этом он отметил, что много детей отсиживаются на скамейке во время уроков физической культуры".

Сдача норм ГТО в школе должна быть доступна и выполнима всеми детьми. Задача состоит в том, чтобы заинтересовать молодёжь и привлечь её к спорту. У некоторых обучающихся, на уроках физической культуры, не получается сдать нормативы, но они стремятся достичь нужного результата. Есть дети, которые сразу опускают руки. Гибкость нормативов должна быть для того, чтобы молодёжь не разочаровалась в своих способностях и не забросила занятия физической культурой.

Отношение обучающихся к школьной физкультуре и комплексу ГТО

В 2014 году было проведено комплексное изучение отношения школьников разных возрастов к физической культуре и спорту, к введению комплекса ГТО и различных аспектов, затрагивающих интерес школьников к занятиям физкультурой и к комплексу ГТО.

В исследовании приняло участие 100 респондентов. Участники опроса были распределены на 3 подгруппы: обучающиеся 3-5 классов (31,9%); обучающиеся 6 – 8 классов (47,7%); обучающиеся 9-11 классов (20,4%).

По итогам исследования отношения школьников разных возрастных групп к современному состоянию физкультурно-оздоровительной работы в школе, в частности, посещения школьниками физкультурных занятий и других спортивно-массовых мероприятий в школе, а также спортивных секций были получены следующие результаты.

Обучающиеся на вопрос: «Как вы относитесь к урокам физкультуры в своем образовательном учреждении?» ответили, следующим образом: не пропускаю – 44,8%, пропускаю иногда по состоянию здоровья – 31,3%, пропускаю по другим причинам - 18,9%. Следующий вопрос был направлен на исследование того, что именно хотят получить школьники в рамках физической подготовки в школе (табл.1).

Табл. 1

Ответы испытуемых на вопрос: «Какое из перечисленных ниже суждений больше всего соответствует Вашему отношению к занятиям физкультурой в школе?» (в % от выборки).

К таким занятиям отношусь как к полезному и нужному делу	38,90%
Хотелось бы добиться улучшения своих физических качеств	32,90%
Занимаюсь физкультурой скорее по необходимости (для получения оценки, по настоянию родителей и т.п.)	18,70%
Не хотелось бы тратить время на физкультуру	9,20%

Обобщая эти результаты, можно утверждать, что школьники не вкладывают в уроки

физкультуры большого социального смысла для своего будущего. Вместе с тем большинство прошедших опрос (около 70%) считают, что занятия физкультурой в школе, в тех формах, как это сейчас происходит, предоставляют им некоторую возможность развивать себя физически.

Следующий вопрос выводил респондентов за пределы школьного учреждения и был направлен на выявление интереса школьников к спорту (спортивным разрядам и спортивному мастерству)

Диаграмма 1 иллюстрирует тот факт, что более 50% респондентов занимаются тем или иным видом спорта (состоят в спортивной секции). И только 15% сознательно отказываются от спортивных тренировок.



Диаграмма 1 – Ответы испытуемых на вопрос: «Состоите ли Вы в спортивной секции?» (в % от выборки).

Полученные результаты в сравнении с предыдущими показывают, что школьники хорошо понимают значение специальной физической подготовки. Для молодости характерно получать удовольствие от активного движения, демонстрации ловкости и силы, постоянного соперничества.

Результаты исследования показывают, что центральной причиной для большинства школьников целенаправленно заниматься своим физическим развитием является понимание того, что без такой подготовки трудно будет достигать какого-либо успеха по всем аспектам социальной жизни, соответствующей их возрасту.

Собственно, достижение высокого спортивного результата интересует только 8% школьников. Надо отметить, что это невысокий показатель, стремление к высокому результату – это результат серьезной работы над собой, а, учитывая условия сельской жизни, это и определенный уклад семейной жизни, готовность родителей тратить на это большое время и деньги. Отталкиваясь от полученных данных, можно отметить, что школа здесь существенным образом не дорабатывает до своих потенциальных возможностей, а школьники больше «философствуют» на эту тему, чем серьезно работают над собой

В рамках проекта было проведено исследование мнения школьников относительно введения ГТО в школу.

Согласно исследованию, подавляющее большинство респондентов относятся к введению комплекса ГТО положительно (83,3%), отрицательное отношение к комплексу ГТО у 11,2% респондентов. Отрицательное мнение респондентов предположительно связано с опасениями, что нормативы комплекса станут новым серьезным препятствием в достижении школьниками своих целей. Данный аспект требует специального исследования, однако он более связан с организационной стороной введения в школьную практику комплекса ГТО.

Интересные данные были получены при ответе на вопрос о том, что может стать мотивом для сдачи комплекса ГТО – 25% выбрали мотивом улучшение своего здоровья, 24,9% опрошенных выбрали льготы при поступлении в ВУЗ и 22,9% респондентов готовы сдавать комплекс ГТО для получения престижного значка ГТО. Комплекс ГТО для большинства респондентов рассматривается как весьма неплохой дополнительный «трамплин» в своем карьерном развитии.

Данные проведенного сравнительного исследования на входном этапе проекта позволяют оценить отношение школьников к физкультуре и ГТО на современном этапе организации этой работы в школе.

На входном анкетировании обучающиеся показали следующие результаты.

№	Вопрос анкеты	Начальные 3-4 классы		5-6 классы		7-8 классы		9-11 классы	
		да	нет	да	нет	да	нет	да	нет
1	Знаете ли вы что такое ВФСК «ГТО»?	2%	98%	4%	96%	35%	65%	100%	0
2	Хотите ли вы сдать нормы ВФСК «ГТО»?	38%	62%	47%	53%	37%	63%	55%	45%

По итогам опроса можно заметить, что обучающиеся (64,7%) пока плохо представляют, что такое ВФСК «ГТО» и лишь 41,4% готовы попробовать сдать нормативы. Конечно, ответ на этот вопрос «Хотите ли вы сдать нормы ВФСК «ГТО»? для каждого человека может быть свой. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым в учёбе и спорте. Опрос показал, что таких среди нас больше, в частности в нашей образовательной организации, но есть и те, которые негативно относятся к сдаче норм ГТО. Как же вести себя с такой категорией людей? Как заинтересовать этих людей, увлечь спортом? Как реализовать это на практике? Все это и натолкнуло нас на мысль о создании проекта по реализации комплекса ГТО.

Цели и основные задачи проекта

Таким образом, учитывая государственный заказ и оздоровительную направленность, при разработке данного проекта была поставлена **цель**: популяризация здорового образа жизни, вовлечение детей, молодежи в регулярные занятия физической культурой, развитие массового спорта, гражданско-патриотическое воспитание молодого поколения, подготовка допризывников к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

Для этого необходимо было решить следующие **задачи**:

1. Создать благоприятные условия для сдачи норм ВФСК «ГТО» и развития мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом.
2. Обеспечить обучающихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.
3. Достичь 100% охвата обучающихся основной группы здоровья, а также привлечение учителей и родителей при внедрении ВФСК «ГТО» в МОУ «Тырновская СОШ».
4. Формировать у названных слоев населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни;
5. Повысить общий уровень знаний обучающихся, родителей о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

Принципы проекта:

- ❖ непрерывность и преемственность — работа ведется не от случая к случаю, а каждый день;

- ❖ принцип активного обучения — обучающиеся являются непосредственными участниками спортивных мероприятий;
- ❖ последовательность и систематичность — проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков;
- ❖ доступность — определяется, прежде всего, ролью учителя как консультанта, организатора процесса;
- ❖ учет возрастных и индивидуальных особенностей, групп здоровья.

Ожидаемые результаты:

Долгосрочные

- 1) Повышение стимула школьников к регулярным занятиям физической культурой.
- 2) Снижение заболеваемости среди детей.
- 3) Активное участие родителей в школьной жизни ребенка, в том числе спортивной.
- 4) Создание сплоченного коллектива.
- 5) Повышение профессиональной компетентности учителей физической культуры.
- 6) Развитие материально-технической спортивной базы школы. Реконструкция школьного стадиона и спортивного зала.

Актуальные

- 1) Составление плана работы школы по внедрению ВФСК «ГТО».
- 2) Использование диагностических методов, анкетирования, социологических исследований, направленных на совершенствование реализации предмета «Физическая культура» в школе и приобщение детей и обучающейся молодежи к физической культуре и здоровому образу жизни.
- 3) Общефизическое развитие подростков посредством обучения методикам выполнения базовых упражнений физкультурно спортивного комплекса ГТО (бег на различные дистанции, прыжки в длину, подтягивание, отжимание и т.д.);
- 4) Разработка методических рекомендаций для учителей физкультуры, классных руководителей, родителей по работе с ребятами, неспособными успешно выполнять нормативы комплекса ГТО.
- 5) Оформление и систематическое обновление стенда «ГТО - путь к успеху».
- 6) Работа инициативных групп обучающихся 7-11 классов.

Проектное решение.

Система внедрения комплекса ГТО - это совокупность взаимосвязанных и взаимообусловленных действий по обеспечению внедрения комплекса ГТО в образовательном учреждении.

В качестве базовых компонентов в системе внедрения комплекса ГТО в образовательном учреждении мы выделяем:

- управленческий блок по организации эффективной деятельности по внедрению комплекса ГТО;
- блок нормативно-правового и ресурсного обеспечения;
- блок программно-методического, технологического и организационного обеспечения процесса проектирования системы внедрения ГТО;

- блок информационного сопровождения и проведения масштабной информационно-разъяснительной и PR-кампании;
- блок мониторинговых процедур, обеспечивающих внедрение ГТО;
- блок организации и проведения мероприятий спортивной и военно – патриотической направленности.

Создание управленческого блока обеспечивает организацию эффективной деятельности по внедрению комплекса ГТО в образовательном учреждении, который представлен следующей трехуровневой структурой:

- **Стратегический уровень:** директор, управляющий совет, педагогический совет.
- **Тактический уровень:** Центр внедрения комплекса ГТО, который создается на временной основе для организации и координации деятельности по внедрению комплекса ГТО. Основными функциями Центра являются:
 - разработка нормативных документов по внедрению комплекса ГТО;
 - осуществление методического сопровождения педагогов по вопросам внедрения комплекса ГТО;
 - организация информационного сопровождения и проведение масштабной информационно-разъяснительной и PR-кампании
 - организация и проведение комплексного мониторинга, обеспечивающие внедрение комплекса ГТО.
- **Организационный уровень:** школьное методическое объединение учителей физической культуры и ОБЖ, орган ученического самоуправления, родительский комитет.

Созданная интегративная управленческая модель, в которой с разными функциями, но на равных правах участвуют педагоги, администрация, ученики и родители (законные представители). Каждый элемент этой управленческой структуры имеет свой функционал и отвечает за свой участок работы.



Основные параметры управления:

- обеспечение целенаправленности, организованности, экономичности ожидаемого результата;
- свойства управления: активность, прогностичность, интегративность, демократичность;
- управленческие действия: анализ, планирование, организация, руководство, контроль.

Кроме функциональной управленческой структуры осуществляется специальная процедура управления - мониторинг степени участия всех участников образовательного процесса во внедрении комплекса ГТО.

Модули проекта.

1. Анкетирование «Что ты знаешь о ГТО»
2. Информационное сопровождение. (Газета «Мы снова сдаём ГТО», буклеты, информация на сайте школы, конкурс рисунков и плакатов, стенд)
3. Дополнительная внеурочная деятельность, направленная на улучшение и тренировку физических качеств обучающихся (товарищеские встречи, социальная акция «Я выбираю спорт», спортивные соревнования)
4. Встречи с известными людьми города на тему: «Я сдавал ГТО - я буду сдавать ГТО»
5. Формирование групп по возрастным ступеням для сдачи норм «ГТО».
6. Мастер-классы «Делай как я!» для обучающихся 5-7 классов по разным видам нормативов ГТО (силовые, на гибкость, на скорость и выносливость)
7. Спортивно-просветительский марафон для 1-4 классов «Я знаю! Я смогу!»
8. Спортивный праздник для начальных классов.
9. Социологический опрос участников проекта «Я и ГТО».
10. Итоговое награждение победителей и призёров.

Деятельность в рамках проекта.

Деятельность в рамках данного проекта будет проходить с 1 сентября 2015 г. по 31 мая 2019 года. Для решения задач Проекта предлагается организовать работу **по четырем** взаимодополняющим, неразрывно связанным между собой **направлениям**:

1. Регулярное тестирование обучающихся.
2. Организация в школе работы спортивных секций и кружков.
3. Вовлечение обучающихся в соревновательную деятельность.
4. Информационное сопровождение и проведение масштабной информационно-разъяснительной и PR-кампании.

Регулярное тестирование обучающихся - методологическая основа проекта

В настоящее время накоплен положительный опыт в определении уровня физической подготовленности обучающихся. Проходящие на всей территории Российской Федерации Всероссийские соревнования школьников «Президентские состязания» и «Всероссийские спортивные

игры» также направлены на общефизическое тестирование школьников посредством выполнения нормативов по сути того же доработанного комплекса ГТО.

Кроме того, в МОУ «Тырновская СОШ» проводится социологическое исследование вовлеченности обучающихся в занятия по предмету (дисциплине) «Физическая культура» (далее - социологическое исследование). Социологическое исследование направлено на совершенствование реализации предмета (дисциплины) «Физическая культура» и приобщение детей и обучающейся молодежи к физической культуре и здоровому образу жизни.

Социологическое исследование включает:

- анкетирование обучающихся 3-11 классов;
- анкетирование родителей (законных представителей) обучающихся (далее - родители).

Цели и задачи:

- общефизическое развитие детей и подростков посредством обучения методикам выполнения базовых упражнений физкультурно-спортивного комплекса ГТО (бег на различные дистанции, прыжки в длину, подтягивание, отжимание и т. д.);
- формирование системы стимулов для детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой, участию в общественной и спортивной жизни школы, успешному прохождению тестирования по комплексу ГТО;
- повышение квалификации преподавателей физкультуры посредством привлечения к работе специалистов-консультантов, обмена опытом в рамках взаимодействия образовательных учреждений;
- разработка методических рекомендаций для преподавателей физкультуры по работе с ребятами, неспособными успешно выполнять нормативы комплекса ГТО;
- планирование дальнейших направлений Проекта в зависимости от результатов проведенного комплексного мониторинга, а также на основе разработанных специалистами положений, регламентов, методических рекомендаций, инструкций, календарных планов.

Мероприятия:

- 1) Мониторинг физической подготовки школьников, анализ полученных данных, коррекция при необходимости нормативов и методологии тестирования;
- 2) Мониторинг материально-технической спортивной базы в школе;
- 3) Медицинский мониторинг, организация системы медицинского сопровождения обучающихся, наблюдения состояния их здоровья до момента прохождения тестирования, в его процессе и после, разработка на основе полученных данных медицинских рекомендаций и требований к методологии проведения тестирования;
- 4) Организация процесса регулярного проведения тестирования обучающихся в рамках одного из уроков физкультуры.

Спортивные секции и кружки - организационная основа проекта, платформа для формирования системы стимулов

В проекте предусмотрена организация работы спортивных секций и кружков как неотъемлемой части движения ГТО, первичной его ячейки.

Цели и задачи:

- привитие интереса неспортивных ребят к физической культуре и здоровому образу жизни, их приобщение к спорту;
- развитие интереса у обучающихся к различным формам социально-культурной деятельности

помимо занятий спортом, вовлечение в общественную жизнь спортивного клуба и образовательного учреждения, формирование организаторских, педагогических, управленческих навыков у молодежи посредством создания системы самоуправления спортивных секций и кружков;

- вовлечение обучающихся в непрерывный тренировочный процесс и соревновательную деятельность.

Мероприятия:

1) Организация мониторинга и выявление по итогам голосования обучающимися видов спорта, наиболее популярных и востребованных в школе. Предварительно к рассмотрению предлагаются виды спорта, требующие спортивного зала: настольный теннис, мини-футбол, волейбол, баскетбол, легкая атлетика, спортивные танцы, хореография.

2) Организация секций по различным видам спорта под руководством преподавателей физической культуры.

3) Проведение тренировок согласно утвержденным планам, графикам, методическим рекомендациям;

4) Организация бесплатного базового экипирования членов спортивных кружков и секций формой с собственным логотипом, предоставление инвентаря и оснащение спортивного зал;

5) Организация спортивных турниров, викторин, круглых столов, дискуссий среди членов спортивных кружков и секций;

6) Организация волонтерского движения «Присоединяйся!», туристических походов, летних и зимних спортивных лагерей на базе пришкольного оздоровительного лагеря;

Соревновательная деятельность - основа развития системы стимулов

Работа по данному направлению предполагает организацию внутришкольных турниров по различным видам спорта, участие в муниципальных, региональных спартакиадах ГТО среди обучающихся и педагогического коллектива, соревнований допризывной молодежи, военно-патриотических спортивных игр, туристических походов, спортивно-оздоровительных лагерей, спортивно-массовых мероприятий.

Цели и задачи:

- популяризация физкультуры и спорта в школе посредством разработки системы поощрений - организация и проведение конкурсов на самый спортивный класс, а также за звание лучшего спортсмена, в номинации «за волю к победе» и т. д.;

- привитие интереса к физической культуре и спорту у неспортивных юношей и девушек посредством привлечения их к участию в соревнованиях за честь школы;

- вовлечение в процесс подготовки к соревнованиям.

Мероприятия:

1) Организация непрерывного тренировочного процесса и подготовки обучающихся к предстоящим состязаниям, включая выездные сборы, открытые тренировки, пробные забеги и т. д.;

2) Проведение лекций, семинаров и круглых столов, а также выставок для обучающихся и их родителей на тему здорового и спортивного питания, восстановления организма после нагрузок и т. д.;

3) Участие в соревнованиях и спартакиадах по комплексу ГТО среди образовательных учреждений района;

4) Создание команд болельщиков школы, других общественно-инициативных групп.

Для организации подготовки к выполнению и непосредственного выполнения испытаний (тестов) Комплекса в школе необходимо:

1. Подготовить приказ об экспериментальном внедрении Комплекса в образовательном учреждении.
2. Разработать организационный план мероприятий по подготовке и сдаче обучающимися испытаний (тестов) Комплекса с указанием ответственных должностных лиц.
3. Ознакомить обучающихся с Комплексом, с условиями проведения испытаний (тестов) Комплекса.
4. Продолжить обсуждение Комплекса с обучающимися, педагогами, родителями
5. Обеспечить информационное сопровождение экспериментального внедрения Комплекса через школьный сайт, средства массовой информации (без опубликования результатов обучающихся).

Базовые составляющие научно-методического обеспечения внедрения Комплекса:

В состав управленческой модели входят следующие составляющие:

1. Нормативная составляющая (нормативно-правовое и ресурсное обеспечение);
2. Методическая составляющая (программно-методическое, технологическое и организационное обеспечение процесса проектирования системы внедрения ГТО);
3. Информационная составляющая (информационное сопровождение через сайт школы, СМИ, Интернет-ресурсы);
4. Диагностическая составляющая (мониторинговые процедуры);
5. Спортивная составляющая (организация и проведение мероприятий спортивной и военно – патриотической направленности).

Информационное сопровождение и проведение масштабной информационно-разъяснительной и PR-кампании - основа эффективной реализации вышеизложенных направлений проекта

Цели и задачи:

- обеспечение эффективности реализации проекта посредством его актуализации, рекламы, пропаганды, разъяснения запланированных мероприятий для учащихся школы, родителей, общественных организаций, вовлекаемых в работу над проектом.

Мероприятия:

- 1) Организация системной работы по обеспечению присутствия информации о проекте на стендах школы (о планах работы, готовящихся мероприятиях, отчетах и т. п.);
- 2) Создание на официальном сайте школы информационного портала движения ГТО, предполагающего публикацию новостей, анонса событий, результатов соревнований, фотоотчетов, видеороликов, а также предусматривающего элементы социальной сети, чаты, форумы и прочее;
- 3) Создание школьного бренда движения ГТО и дизайн-сопровождение проекта (создание логотипа, фирменного стиля, эмблем соревнований и спартакиад, единое оформление соревнований, приобретение единой спортивной формы, изготовление знаков ГТО школьного уровня, приобретение кубков, медалей, грамот и т. д., создание макетов баннеров, афиш, листовок, пригласительных билетов, прочей продукции в единой стилистике);
- 4) Организация и проведение специальных рекламных акций, церемоний награждения знаками ГТО школьного уровня, вручения грамот и призов, школьным праздникам, посвященным окончанию учебного года и значимым для школы спортивным событиям - победам на соревнованиях, присуждения знаков ГТО членам сборной команды и т. д.;

Условия получения знаков ГТО школьного уровня для обучающихся Условия получения знаков ГТО (разрядные нормы и требования) устанавливаются с учётом особенностей вида спорта, пола и

возраста учащихся. Разрядные нормы выражены в мерах времени, длины, веса, а также определяются следующими показателями:

- успешность прохождения тестирования ГТО;
- регулярность посещения уроков физкультуры;
- членство в кружках и секциях в течение определенного периода времени и регулярность посещения тренировок;
- участие в составе сборной команды школы в соревнованиях по комплексу ГТО;
- завоевание определённого места на соревнованиях любого уровня.

Бронзовый значок:

- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- выполнение базовых нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- **Серебряный значок III степени:**
- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- выполнение нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- зачисление в спортивный клуб по любому из видов спорта.

Серебряный значок II степени:

- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- успешное выполнение нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- участие в составе сборной команды школы в соревнованиях по комплексу ГТО;
- участие в составе сборной в Спартакиадах по комплексу ГТО;
- членство в спортивном клубе по любому из видов спорта минимум в течение 6 мес.

Серебряный значок I степени:

- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- успешное выполнение нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- участие в составе сборной команды школы в соревнованиях по комплексу ГТО, прохождение в составе сборной команды отборочных соревнований, участие в 1/8 финала соревнований;
- участие в составе сборной в Спартакиадах по комплексу ГТО, прохождение в составе сборной команды отборочных соревнований, участие в 1/8 финала;
- членство в спортивном клубе по любому из видов спорта минимум в течение учебного года;

Золотой значок III степени:

- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- успешное выполнение нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- участие в составе сборной команды учебного заведения в соревнованиях по комплексу ГТО, прохождение в составе сборной команды отборочных соревнований, участие в 1/4 финала соревнований;
- участие в составе сборной в Спартакиадах по комплексу ГТО, прохождение в составе сборной команды отборочных соревнований, участие в 1/4 финала;
- членство в спортивном клубе по любому из видов спорта в течение учебного года;

Золотой значок II степени:

- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- успешное выполнение нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- участие в составе сборной в полуфинале соревнований по комплексу ГТО или Спартакиад по

комплексу ГТО;

- участие в составе сборной в финале соревнований по комплексу ГТО или Спартакиад по комплексу ГТО;
- членство в спортивном клубе по любому из видов спорта в течение учебного года

Золотой значок I степени:

- посещение уроков физкультуры и регулярное прохождение тестирования;
- успешное выполнение нормативов ГТО в соответствии с возрастом;
- успешное выполнение требований Президентских тестов;
- победа в составе сборной в соревнованиях по комплексу ГТО или Спартакиадах по комплексу ГТО;
- участие в составе сборной в финале соревнований по комплексу ГТО или Спартакиад по комплексу ГТО;
- членство в спортивном клубе по любому из видов спорта в течение учебного года

Календарный план реализации проекта

Для повышения заинтересованности обучающихся помимо сдачи нормативов ГТО в программу включены разнообразные агитационные мероприятия и разнообразные конкурсы, направленные на развитие творческих способностей обучающихся.

		Наименование мероприятия	классы	Сроки исполнения	Ответственные
сентябрь	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-11	В течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Подготовка и обучение волонтерских групп для создания судейских бригад для организации сдачи и приема норм ГТО	9, 11	сентябрь	Учителя физической культуры
	3.	Классные часы «Введение в образовательный процесс программы ГТО»	1-11	2-5 сентября	Классные руководители
	4.	Сдача норм ГТО обучающимися школы - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. - Подтягивание из виса на высокой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	5-8 кл. 4,10кл.	05.09-26.09	Учителя физической культуры, судейские бригады

	5.	Сдача норм ГТО педагогическим коллективом		сентябрь	Учителя физической культуры
	6.	Оформление стенда «ГТО - путь к успеху»		сентябрь	Зам.директора по ВР
	7.	Разработка положения о значке ГТО школьного уровня		сентябрь	Зам.директора по ВР Руководитель МО учителей физ.культуры
	8.	Составление планов - графиков проведения мероприятий, календарного плана проекта		сентябрь	Зам.директора по ВР Руководитель МО учителей физ.культуры
	9.	Проведение мониторинга (Анкетирование обучающихся)	2-4 кл.	сентябрь	Зам.директора по ВР
октябрь	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-11	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Сбор информации для создания сайта «ГТО в нашей школе»		в течение года	Учителя физической культуры
	3.	Оформление стендов ГТО в классах	5-11	октябрь	Классные руководители
	4.	Сдача норм ГТО учащимися школы - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. - Подтягивание из виса на высокой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1-3 кл. 9-10 кл.	08.10-16.10	Учителя физической культуры, судейские бригады
	5.	Вынесение информации по классам результатов сдачи норм ГТО	1-11	17.10-30.10	Учителя физической культуры, классные руководители
	6.	Разработка фирменного стиля и логотипа проекта		октябрь	Зам.директора по ВР Инициативная группа проекта

	7.	Набор школьников в спортивные кружки и секции		сентябрь	Учителя физической культуры
	8.	Организация и проведение спортивных соревнований, посвященных Дню народного единства		конец октября	Учителя физической культуры
	9.	Участие в муниципальных и региональных соревнованиях по различным видам спорта		В течение года	Учителя физической культуры
ноябрь	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-11	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Создание страницы в сети интернета (школьный сайт) для поэтапного внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.		11.11-16.11	Ответственный за школьный сайт Зимина Е.Е.
	3.	Конкурс рисунков «Значок ГТО моими глазами»	1-4	11.11-16.11	Учителя физической культуры
	4.	Выпуск и распространение рекламных листовок «ГТО - путь к успеху»	7-8 кл.	ноябрь	Зам.директора по ВР вожатые
	5.	Соревнования по баскетболу среди команд школьников	9-11 кл.	ноябрь	Учителя физической культуры
	6.	Сдача норм ГТО обучающимися школы 4.1 Поднимание туловища из положения лёжа 4.2 Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине, сгибание рук в упоре лёжа (девочки) 4.3 Подтягивание (мальчики)	1-2 кл.	16.11-20.11	Учителя физической культуры
декабрь	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-11	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители

	2.	Конкурс буклетов «Равняемся на олимпийцев»	5-8	02.12-07.12	Учителя физической культуры
	3.	Сдача норм ГТО обучающимися школы 4.1 Поднимание туловища из положения лёжа 4.2Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине, сгибание рук в упоре лёжа(девочки) 4.3 Подтягивание (мальчики)	3-4	09.12-21.12	Учителя физической культуры, судейские бригады
	4.	Внесение информации по классам с результатами сдачи норм ГТО	1-4	20.12-25.12	Учителя физической культуры, классные руководители
	5.	Мастер-классы «Делай как я!» для обучающихся 5-7 классов по разным видам нормативов ГТО (силовые, на гибкость, на скорость и выносливость)	5-7 кл.	декабрь	Инициативная группа
январь	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-4 кл.	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Пополнение страницы школьного сайта ГТО фотоматериалом		13.01-18.01	Учителя физической культуры
	3.	Сдача норм ГТО обучающимися школы 3.1 Наклоны вперёд из положения стоя 3.2 Поднимание туловища из положения лёжа	5-6 кл.	20.01-25.01	Учителя физической культуры, судейские бригады
	4.	Регистрация школьников основной группы здоровья на официальном сайте http://www.gto.ru/ присвоением индивидуального идентификационного номера (ID).		11.01-16.01	Классные руководители
	5.	Участие в районных соревнованиях «Папа, мама, я - спортивная семья»	1-6 кл.	январь	Учителя физической культуры

февраль	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-11 кл.	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Социологическое исследование обучающихся 3-11 кл., направленное на совершенствование реализации предмета «Физическая культура»	3-11 кл.	01.02-29.02	Классные руководители, родители
	3.	«Веселые старты»	3-6 кл.	15.02-19.02	Учителя физической культуры
	4.	Соревнования по военно-прикладным видам спорта среди юношей, посвященные Дню защитника Отечества (юноши)	7-11 кл.	18.02	Учителя физической культуры
	5.	Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки на личное первенство (юноши)	7-11 кл.	19.02	Педагог-организатор ОБЖ
	6.	Конкурс презентаций «От значка ГТО к Олимпийским медалям»	9-11	24.02-28.02	Классные руководители
	7.	«Президентские соревнования»	5-11 кл.	февраль	Учителя физической культуры
март	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-4	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	«Веселые старты»	1-6 кл.	март	Учителя физической культуры, судейские бригады
	3.	Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки на личное первенство (девушки)	7-11 кл.	март	Педагог-организатор ОБЖ
	4.	Конкурс четверостиший «Спорт нам в жизни всегда помогает»	5-8	17.03-22.03	Учителя литературы
	5.	«Президентские соревнования» (творческий конкурс)	5-11	11.03	Учителя физической культуры

апрель	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	5-11	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Сдача норм ГТО обучающимися школы 2.1 Плавание 2.2 Прыжки в длину с места 2.3 Метание	5-11 1-4 5-11	01.4- 30.04 01.4- 10.04 11.4- 19.04	Учителя физической культуры, судейские бригады
	3.	Конкурс спортивных девизов «Готов к труду и обороне»	1-4	21.04-26.04	Учителя физической культуры
	4.	Сдача норм ГТО педагогическим коллективом		28.04-30.04	Учителя физической культуры
	5.	Спортивно - просветительский марафон «Я знаю! Я смогу!»	1-4 кл.	апрель	Учителя физической культуры инициативная группа
май	1.	Агитационная работа с целью привлечения обучающихся к занятиям спортом.	1-11	в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
	2.	Сдача норм ГТО обучающимися школы 2.1 Туристический поход 2.2 Бег на короткие дистанции 2.3 Кросс «Бегом к победе»	1-11	05.05-17.05	Учителя физической культуры, судейские бригады
	3.	Внесение информации по классам с результатами сдачи норм ГТО	1-11	19.05-22.05	Учителя физической культуры, классные руководители
	4.	Монтирование фильма «ГТО в нашей школе»		19.05-24.05	Учителя физической культуры
	5.	Подведение итогов		22.05	Учителя физической культуры

Устойчивость проекта.

По окончании проекта весь наработанный материал будет использоваться в организации деятельности 2015 - 2019 учебных годах, а также использоваться для внеклассной работы обучающихся всех ступеней, школьного оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей.

Масштабность проекта

На первом этапе планируется привлечь всех обучающихся школы, начиная с 1 класса и по 11 класс, а также педагогический коллектив и родителей по желанию, т.е. добровольно.

На втором этапе будут задействованы технический коллектив школы, работники столовой и остальные родители.

На заключительном третьем этапе - все остальные категории населения.

На протяжении всех трех этапов планируем также расширить взаимодействие с другими образовательными организациями района, т.е. вести пропаганду здорового образа жизни в Пронском районе.

Распространение результатов.

1) Размещение результатов проекта на школьном сайте, информационных стендах для родителей.

2) Ознакомление администрации школы, учителей, родителей с результатами внедрения ВФК «ГТО» в школе.

Риски реализации проекта и пути их преодоления

- низкий уровень мотивации педагогов, обучающихся, родителей при реализации проекта;
- недостаточное количество спортивного инвентаря учебно-наглядного оборудования, повышенная нагрузка на спортивные сооружения;
- отсутствие дополнительного финансирования проекта;
- возможное увеличение перегрузки обучающихся и педагогических работников.

Критерии эффективности проекта

- повышение мотивации обучающихся к занятию спортом;
- увеличение двигательной активности обучающихся;
- повышение методического уровня педагогических работников;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- увеличение количество учащихся, успешно сдавших нормы ГТО;
- увеличение числа специалистов, привлеченных в рамках сетевого взаимодействия к организации занятий спортивной направленности;
- увеличение числа обучающихся, показывающих высокие спортивные результаты в рамках реализации Комплекса ГТО.

Оценка ресурсов, необходимых для реализации проекта

Внедрение комплекса ГТО в образовательной организации требует определенных ресурсов, финансирование которых может осуществляться за счёт бюджетных и внебюджетных средств образовательной организации, средства социальных партнёров, содействующих или участвующих в процессе реализации проекта, а также возможно привлечение спонсорских средств.

№ п/п	Наименование ресурса	Потребность	Источник финансирования
1.	Нормативно-правовой ресурс	Устав ОУ, коллективный договор, должностные инструкции, положение об оплате труда и т.п.	В рамках должностных обязанностей ответственного лица
2.	Кадровый ресурс	Руководитель ОУ, заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры, учитель ОБЖ, социальный педагог, педагог-организатор, педагог-психолог, медицинский работник, классный руководитель	Бюджетные средства ОУ в пределах штатного расписания
3.	Организационный ресурс	Администрация ОУ Управляющий совет	В рамках должностных обязанностей ответственного лица
4.	Информационный ресурс	Создание банка учебно-наглядного оборудования Создание банка ЦОР и ЭОР Создание агитационных плакатов, баннеров, буклетов, информационных стендов	В рамках должностных обязанностей ответственного лица
5.	Материально-технический ресурс	Приобретение спортивного инвентаря в соответствии с требованиями	Бюджетные и внебюджетные средства ОУ
6.	Социальный ресурс	Создание партнерской сети с учреждениями дополнительного образования, военным комиссариатом	Внебюджетные средства ОУ
		Проведение массовых военно-спортивных мероприятий	Внебюджетные средства ОУ
		Вовлечение педагогов, учащихся, родителей, социальных партнеров в спортивно-массовые мероприятия	Внебюджетные средства ОУ
7.	Мотивационный ресурс	Стимулирование педагогов, учащихся, родителей и социальных партнеров	Распределение стимулирующей части заработной платы работников в зависимости от результативности работы. Внебюджетные средства ОУ (дипломы, значки, медали и т.п.)

Ресурсное обеспечение проекта

Материально-технические ресурсы

- Большой спортивный зал, оснащение для занятий игровыми видами спорта на 80%, для занятий гимнастикой 75%, для занятий лёгкой атлетикой 80%.
- Спортивный инвентарь для занятий не только обучающихся школы, но и для жителей села.
- Занятость залов с 8.00 до 20.00.
- В осенне-весенне-летний период занятия проводятся на воздухе, но в настоящее время площадка требует обновления.
 - Проведение занятий на свежем воздухе во время летней оздоровительной компании (Пришкольный летний лагерь).

Кадровые ресурсы

1. Учителя физической культуры;

Для реализации данной программы необходимо следующее техническое обеспечение: - спортивный зал,

- скакалки,
- баскетбольные щиты и мячи,
- набивные мячи различного веса,
- перекладина,
- гимнастический конь,
- канат,
- секундомер,
- маты,
- эстафетные палочки,
- гимнастические палки,
- гантели,
- гимнастическая стенка,
- обручи,
- кегли,
- веревки,
- магнитофон,
- фотоаппарат,
- спортивные тренажеры.

Оценка эффективности реализации проекта

Удовлетворение потребностей всех участников образовательного процесса и субъектов образования:

- обучающихся – в программах физкультурно-спортивной направленности основного и дополнительного образования, реализуемых дифференцировано с учетом их индивидуальных особенностей, в обеспечении их здоровьесбережения, достаточного

уровня физической активности, в олимпийском образовании и просвещении, в созданных условиях для роста и становления успешной и конкурентоспособной личности;

- родителей – в обеспечении условий для максимального развития детей в соответствии с их потенциальными возможностями;
- педагогического коллектива – в обеспечении возможностей повышения профессиональной компетентности, дополнительных возможностей творческой самореализации в образовательном процессе, в решении проблем профессионального выгорания педагогов;
- образовательного учреждения – в позиционировании на рынке образовательных услуг как образовательное учреждение, внедряющее инновационные образовательные программы, создании позитивного имиджа, повышении конкурентоспособности среди образовательных учреждений района, создании благоприятных условий для дальнейшего развития МОУ «Тырновская СОШ».

№	Наименование показателя	Единица измерения	Целевой ориентир
1	Удовлетворенность обучающихся количеством и качеством программ спортивно-оздоровительной направленности, участием в ФВСК ГТО.	%	Не менее 90
2	Удовлетворенность родителей количеством и качеством программ спортивно-оздоровительной направленности, участием обучающихся в ФВСК ГТО.	%	Не менее 80
3	Удовлетворенность педагогического коллектива количеством и качеством программ спортивно-оздоровительной направленности, участием обучающихся в ФВСК ГТО	%	Не менее 90
4	Доля обучающихся участвующих в испытаниях по нормативам физической подготовленности ФВСК ГТО	%	Не менее 5
5	Доля обучающихся принимающих участие в спортивно – массовых и физкультурно–оздоровительных мероприятиях школы	%	Не менее 90
6	Доля обучающихся основной группы здоровья, охваченных занятиями физкультурой и спортом, ФВСК ГТО	%	50
7	Доля семей, посещающих спортивные мероприятия школы от общей численности семей обучающихся	%	Не менее 20
8	Доля учителей, освоивших и применяющих здоровьесберегающие технологии	%	100
10	Доля педагогов, систематически занимающихся в спортивных и оздоровительных группах	%	60
11	Включенность участников образовательного процесса в ЗОЖ и ФВСК ГТО	%	90
12	Снижение пропусков занятий в связи с заболеваемостью обучающихся	детодней	Не более 7

14	Доля выявленных обучающихся, показывающих высокие спортивные достижения	Чел.	50
15	Обеспеченность материально-техническим оборудованием для организации здоровьесберегающей деятельности, просветительской работы	%	Не менее 100%

Заключение.

В данном проекте проанализирована теоретическая основа и практика использования комплекса ГТО в школах Советского Союза, изучена нормативно-правовая база, определяющая правовое поле процесса внедрения комплекса ГТО в образовательном учреждении, представлено ресурсное обеспечение проекта, рассмотрены возможные риски реализации проекта и пути их минимизации.

Предлагаемые материалы реализации проекта могут непосредственно использоваться в практике образовательного процесса в школе, позволят педагогам совершенствовать процесс формирования физических качеств обучающихся.

Реализация предложенного проекта будет способствовать модернизации системы физкультурно-спортивного движения, созданию эффективной системы физического воспитания и развития массового спорта. Это существенно повысит возможности использования средств физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, активном вовлечении граждан Российской Федерации в систематические занятия физической культурой и спортом.

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 – первостепенные 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.

При соблюдении всех этапов проекта, эффективность процесса внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» гарантирована.

В заключении хочется сказать, что предстоит многолетняя, трудоемкая работа по внедрению комплекса ГТО (это и дополнительное материально-техническое обеспечение, и подготовка кадров). Внедрение ГТО – это социально-значимый проект в России. С помощью внедрения ГТО нам удастся увеличить количество занимающихся физической культурой и спортом, повысить уровень физической подготовленности граждан, модернизировать систему физического воспитания и развития массового и школьного спорта, создать современную материально-техническую базу, а главное наши дети будут успешными в дальнейшей жизни.

Методическое и нормативно-правовое обеспечение. Литература

1. Кумарин В. Педагогика природосообразности и реформа школы. М., Народное образование, 2004 г.
2. Селевко Г.К. Профорентация Энциклопедия образовательных технологий. Т1, М., НИИ школьных технологий. 2006 г.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы, М., АРКТИ, 2003 г.
4. Колесникова И. А. Педагогическое проектирование: Учеб. Пособие для высш. учеб. заведений / И.А.Колесникова, М.П.Горчакова-Сибирская; Под ред. И.А. Колесниковой. — М: Издательский центр «Академия», 2005. — 288 с.
5. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. Москва «ВАКО», 2004.
6. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. Издательство «ВАКО», 2004.

Приложение 1.

Рекомендации «Как лучше самостоятельно готовиться к сдаче норм комплекса ГТО?»

1. Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО происходит на уроках по физкультуре, в спортивных секциях и школах.
2. Подготовку к сдаче норм ГТО можно проводить и на самостоятельных тренировках.
3. Для того чтобы самостоятельно тренироваться, необходимо помнить следующие правила.
4. Одежда для спортивных занятий должна соответствовать сезону и уровню двигательной активности во время занятий. Она должна быть удобной и практичной.
5. Особое внимание следует уделять спортивной обуви, перчаткам и головному убору (в зимнее время).
6. Спортивная обувь должна быть удобной, лёгкой, соответствовать размеру ноги или быть на 1 размер больше (для толстого носка в зимний период).
7. Во время занятий в холодное время года (зима, поздняя осень, ранняя весна) нельзя допускать промокания ног, резкого переохлаждения организма, особенно после интенсивной физической нагрузки. Пробежав зимой дистанцию на скорость, необходимо как можно быстрее попасть в тёплое помещение и сменить одежду.
8. Если есть возможность, то можно заниматься подготовкой к сдаче норм комплекса ГТО в выходные дни вместе с родителями.
9. Они могут показать или подсказать что-то весьма полезное. В том числе посоветовать, как правильно выполнять то или иное упражнение.
10. Отличная идея пригласить на тренировки своих друзей. Вместе заниматься спортом веселее, тем более что настоящая дружба крепнет в общих делах.

Приложение 2.

Анкета по ГТО для обучающихся школы

Помогут ли предложенные мультимедиа материалы (презентации, видеоролики, видеофрагменты) улучшить Ваши знания по теории физической культуры, в том числе по Комплексу ГТО?

1. Да
2. Нет
3. Не знаю
4. Другое

Нужны Вам уроки по теории физической культуры?

1. Да
2. Нет
3. Не знаю
4. Другое

Какие разделы программы по физической культуре вам нравятся?

1. Легкая атлетика
2. Гимнастика
3. Футбол
4. Баскетбол
5. Все нравятся
6. Ничего не нравится

На урок по физической культуре я прихожу:

1. Всегда с желанием
2. Почти всегда с желанием
3. Иногда с желанием, иногда нет
4. Почти всегда без желания
5. Всегда без желания

Мне на уроке по физической культуре нравятся:

1. Все задания
2. Почти все задания
3. Только некоторые задания
4. Ничего не нравится

Анкета для родителей

Как вы думаете для чего нужны уроки физкультуры в школе?

1. Для отдыха и забавы детей
2. Для формирования здорового образа жизни, потребности систематически заниматься ФК
3. Для физического развития ребенка
4. Другое (указать)

Как вы думаете, зависит ли здоровье Вашего ребенка от организации занятий в секциях, проведения уроков физкультуры?

1. Да
2. Нет
3. Не знаю
4. Другое (указать)

Что в настоящее время дороже - заниматься спортом или лечиться?

1. Лечиться
2. Заниматься спортом

3. Не знаю
4. Другое (указать)

С какой регулярностью занимается Ваш ребенок в секции? В какой именно секции он занимается?

1. 3 -4 раза в неделю
2. 1 раз в неделю
3. Совсем не занимается
4. Затрудняюсь ответить

Знаете ли Вы, что такое комплекс ГТО?

1. Да
2. Нет
3. Затрудняюсь ответить
4. Другое (указать)

Хотели ли бы Вы, чтобы Ваш ребенок сдавал нормативы по комплексу ГТО?

1. Да
2. Нет
3. Затрудняюсь ответить
4. Другое (указать)

Приложение 3.

1 ступень - Нормы ГТО для школьников 6-8 лет

■ - бронзовый значок ■ - серебряный значок ■ - золотой значок

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 6-8 лет					
		Мальчики			Девочки		
		■	■	■	■	■	■
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Челночный бег 3x10 м (сек.)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	или бег на 30 м (сек.)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени					
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	3	4			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	5	6	13	4	5	11
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	7	9	17	4	5	11
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями		Пальцами	
		Ладонями		Ладонями		Ладонями	
Испытания (тесты) по выбору							
7.	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	2	3	4	2	3	4
8.	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.39
	или на 2 км	Без учета времени					
	или кросс на 1 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
Количество видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		9	9	9	9	9	9
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		4	5	6	4	5	6
* Для бесснежных районов страны							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.							

2 ступень - Нормы ГТО для школьников 9-10 лет

■ - бронзовый значок ■ - серебряный значок ■ - золотой значок

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 9-10 лет					
		Мальчики			Девочки		
		■	■	■	■	■	■
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	12,0	11,6	10,5	12,9	12,3	11,0
2.	Бег на 1 км (мин., сек.)	7.10	6.10	4.50	6.50	6.30	6.00
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	190	220	290	190	200	260
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	140	160	125	130	150
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	3	5			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)				7	9	15
5.	Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	9	12	16	5	7	12
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	24	27	32	13	15	17
8.	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	8.15	7.45	6.45	8.40	8.20	7.30
	или на 2 км	Без учета времени					
	или кросс на 2 км по пресеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание без учета времени (м)	25	25	50	25	25	50
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		9	9	9	9	9	9
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		5	6	7	5	6	7
* Для бесснежных районов страны							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.							

3 ступень - Нормы ГТО для школьников 11-12 лет

■ - бронзовый значок ■ - серебряный значок ■ - золотой значок

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 11-12 лет					
		Мальчики			Девочки		
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	11,0	10,8	9,9	11,4	11,2	10,3
2.	Бег на 1,5 км (мин., сек.)	8.35	7.55	7.10	8.55	8.35	8.00
	или на 2 км (мин., сек.)	10.25	10.00	9.30	12.30	12.00	11.30
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	280	290	330	240	260	300
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	175	140	145	165
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	4	7			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)				9	11	17
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	12	14	20	7	8	14
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Метание мяча весом 150 г (м)	25	28	34	14	18	22
6.	Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.)	14.10	13.50	13.00	14.50	14.30	13.50
	или на 3 км	Без учета времени					
	или кросс на 3 км по пресеченной местности*	Без учета времени					
7.	Плавание 50 м (мин., сек.)	Без учета времени		0.50	Без учета времени		1.05
8.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
9.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 5 м (очки)	10	15	20	10	15	20
10.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		10	10	10	10	10	10
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		5	6	7	5	6	7
* Для бесснежных районов страны							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.							

4 ступень - Нормы ГТО для школьников 13-15 лет

	- бронзовый значок		- серебряный значок		- золотой значок
---	--------------------	---	---------------------	---	------------------

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 13-15 лет					
		Мальчики			Девочки		
							
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
2.	Бег на 2 км (мин., сек.)	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00
	или на 3 км (мин., сек.)	Без учета времени			-	-	-
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	330	350	390	280	290	330
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	185	200	150	155	175
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	4	6	10			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	7	9	15
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз 1 мин.)	30	36	47	25	30	40
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	30	35	40	18	21	26
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	18.45	17.45	16.30	22.30	21.30	19.30
	или на 5 км (мин., сек.)	28.00	27.15	26.00	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета		0.43	Без учета		1.05
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		11	11	11	11	11	11
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		6	7	8	6	7	8

** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

5 ступень - Нормы ГТО для школьников 16-17 лет

■ - бронзовый значок ■ - серебряный значок ■ - золотой значок

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 16-17 лет					
		Юноши			Девушки		
		■	■	■	■	■	■
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 100 м (сек.)	14,6	14,3	13,8	18,0	17,6	16,3
2.	Бег на 2 км (мин., сек.)	9.20	8.50	7.50	11.50	11.20	9.50
	или на 3 км (мин., сек.)	15.10	14.40	13.10	-	-	-
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	360	380	440	310	320	360
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	200	210	230	160	170	185
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	8	10	13			
	или рывок гири (кол-во раз)	15	25	35			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	11	13	19
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	9	10	16
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз 1 мин.)	30	40	50	20	30	40
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+6	+8	+13	+7	+9	+16
Испытания (тесты) по выбору							
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	27	32	38	-	-	-
	или весом 500 г (м)	-	-	-	13	17	21
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	-	-	-	19.15	18.45	17.30
	или на 5 км (мин., сек.)	25.40	25.00	23.40	-	-	-
9.	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета		0.41	Без учета		1.10
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		11	11	11	11	11	11
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		6	7	8	6	7	8

** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

Одобрены на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) протоколом № 1 от 23.07.2014 пункт II/1

Приложение 4.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Выполнение нормативов Комплекса ГТО проводится в соревновательной обстановке. На этапах подготовки и выполнения норм Комплекса ГТО осуществляется медицинский контроль.

Для того чтобы участники могли полностью реализовать свои способности, необходимо выбрать целесообразную последовательность проведения тестирования. Она заключается в необходимости начать тестирование с наименее энергозатратных видов испытаний (тестов) и предоставлении участникам достаточного периода отдыха между выполнением нормативов. Кроме того, организаторы соревнований перед тестированием должны провести общую разминку участников.

Наиболее эффективным является следующий порядок тестирования физической подготовленности населения:

1. Бег на 30, 60, 100 м в зависимости от возрастных требований и ступени Комплекса.
2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега.
3. Тестирование в силовых упражнениях:

подтягивание из виса лежа на низкой перекладине и из виса на высокой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; рывок гири; поднимание туловища из положения лежа на спине.

Для тестирования в силовых упражнениях рекомендуется привлекать бригады судей: старший судья бригады (устанавливает единые требования к судейству на всех снарядах, подает общие команды, ведет хронометраж и протоколирует результаты) и по одному судье на каждом снаряде (контролируют технику выполнения упражнения, ведут подсчет правильно выполненных движений, указывают на ошибки).

Тестирование сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу рекомендуется проводить с применением контактных платформ, что обеспечивает более высокую объективность измерения.

Тестирование по скоростно-силовым видам и силовым упражнениям может выполняться в один или два дня в зависимости от количества участников.

4. Бег на 1; 1,5; 2; 3 км проводится в один день. До соревнований в беге на 1; 1,5; 2; 3 км можно организовать тестирование по одному-двум наименее энергоемким испытаниям (тестам), однако лучше ограничиться только бегом.

5. Тестирование умения плавать проводится, как правило, после предварительного обучения и тренировок. На поворотах выставляются судьи - контролеры, фиксирующие касание бортика во время выполнения поворота, а также нарушения правил (хождение по дну, держание за разделительные дорожки). Результат каждого участника фиксируется и заносится в протокол.

6. В зимний период целесообразно организовать соревнования по выполнению силовых упражнений, рывку гири и бегу на лыжах. Соревнования рекомендуется проводить в два дня с интервалом отдыха в несколько дней. Силовые упражнения и рывок гири проводятся после бега на лыжах.

(читать подробнее на сайте school21.ucoz.com)

Приложение 5.

Президентские состязания



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



