

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «КОМСОМОЛЬСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

И.о. директора ГБПОУ «КИТ»
П.А. Сидяк
2025 г.

**Рабочая программа (проект) по внедрению
Комплекса ГТО в ГБПОУ «Комсомольский индустриальный техникум»**

**Программу разработал:
преподаватель физической культуры
А.А. Белоногин**

Содержание

| | |
|--|---|
| 1. Актуальность проекта..... | 3 |
| 2. Теоретическая обоснованность проекта..... | 4 |
| 3. Цель и задачи проекта | 5 |
| 4. Механизмы реализации проекта..... | 6 |
| 5. Краткое описание проекта..... | 7 |
| 6. Система мониторинга и результативность проекта..... | 8 |
| 7. Перспективы реализации проекта..... | 9 |
| 8. Литература | |

Актуальность проекта

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.

Теоретическая обоснованность проекта

Поскольку комплекс ГТО является программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации, который устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации, включающие виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, навыков ведения здорового образа жизни, двигательных умений и навыков, значит каждый из нас будет иметь какое-то отношение к этому комплексу.

Данный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше), а также участниками физкультурно-спортивных мероприятий.

Основной проблемой внедрения Комплекса ГТО можно назвать саму необходимость внедрения данного комплекса. Сегодня все чаще можно услышать вопрос: зачем нам сдавать ГТО? Ответ на этот вопрос 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.

Цель и задачи проекта

Цель:

- повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания студентов.

Задачи:

- увеличение числа студентов, преподавателей и родителей, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

- повышение уровня физической подготовленности;

- формирование в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни;

- повышение общего уровня знаний , методах и формах организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

- модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, вовлечения учащихся в занятие спорта.

Механизмы реализации проекта

Новый комплекс ГТО имеет существенные отличия от своего предшественника – ГТО -1985. Внесено более 300 изменений, включая введение бронзового знака отличия.

Комплекс ГТО состоит из двух частей:

1. Нормативно-тестирующая, предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности студентов;
2. Спортивная, направленная на привлечение студентов к занятиям физической культурой и спортом в целях выполнения разрядных нормативов и получения спортивных разрядов.

Испытания комплекса ГТО направлены на обеспечение объективного контроля уровня развития основных физических качеств: выносливости, силы, быстроты, координации и гибкости, а также уровня овладения прикладными умениями и навыками.

Виды испытаний учитывают возрастные особенности занимающихся от 6 до 70 лет и старше по 11 ступеням (возрастным группам).

Процесс тестирования предусматривает предварительную подготовку, допуск врача и соревнования по выполнению нормативов.

По итогам проведения испытаний учащиеся могут получать золотые, серебряные и бронзовые знаки отличия.

Краткое описание проекта

В связи с внедрением комплекса ГТО в политехническом колледже» прошел педагогический совет по теме «Комплекс ГТО: пути его реализации», на котором был разработан план внедрения комплекса ГТО в образовательной организации. Было запланировано вводить его постепенно, в два этапа:

Этап

Сроки реализации

Первый этап

СЕНТЯБРЬ – ОКТЯБРЬ 2025г.

Внедрение ГТО среди обучающихся в колледже, преподавателей и желающие родители.

Второй этап

2025-2026 г.

Введение комплекса у обучающихся и преподавателей техникума и активных родителей.

В план поэтапного внедрения комплекса ГТО включены мероприятия по совершенствованию законодательной базы, принятию нормативных актов, стимулированию к выполнению нормативов комплекса, обучению кадров, научно-методическому, информационно-пропагандистскому обеспечению, проведению мониторинга.

Разъяснительная работа о надобности сдачи комплекса ГТО, показать собственным примером, нам взрослым, учителям важность данного мероприятия.

Приказ директора техникума « О реализации проекта ГТО в ГБПОУ «Комсомольский индустриальный техникум» в целях внедрения привлекательных форм, методов и средств организации физкультурно-спортивных занятий, призванных обеспечить укрепление здоровья и повышение физической подготовленности обучающихся и молодежи, формирование навыков здорового образа жизни, осуществления анализа и оценки уровня физической подготовленности и степени владения практическими умениями физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, выявления одаренных подростков, талантливой молодежи по реализации социально-значимого проекта «Содействие внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО», сформировать проект по внедрению в образовательном учреждении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» .

Содержание

Первого этапа

1. Проведение разъяснительной работы с учащимися колледжа по сдаче норм ГТО и преподавателями техникума.
2. Организация работу по внедрению ВФСК ГТО в техникуме.
3. Включение мероприятий по внедрению комплекса ГТО в План работы техникума.
4. Разработка ряда мер мотивации, в том числе: система мер награждения и поощрения обучающихся, лиц, участвующих в подготовке и успешном выполнении норм комплекса ГТО
5. Проведение тестов ГТО на занятиях физической культуры (1раз в полугодие проводить прием сдачи нормативов ГТО (по 2обязательных и 1по выбору согласно погодным условиям).
6. Работа спортивных кружков и секций.
7. Активное привлечение к занятиям физической культуры обучающихся, отнесенных к спецгруппам.

8. Проведение традиционных мероприятий:

- День здоровья;
- Проведение легко – атлетического кросса;
- Соревнования по баскетболу, волейболу, настольному теннису;
- Спартакиада среди студентов техникума;
- «Веселые старты».

9. Проведение мониторинга. Публикация результатов на сайте техникума.

Литература

1. Постановление Правительства РФ № 540 от 11.06.2014г.
2. Распоряжение Правительства РФ № 1165-р от 30.06.2014г.
3. Указ Президента РФ № 172 от 24.03.2014г.
4. План мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» в ДНР №110-Р5 от 31.10.2024г.
5. Положение о Всероссийском физкультурно – оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)
6. Жуйков В.П.: Педагогическое и методическое сопровождение регионального физкультурного комплекса "Готов к труду и обороне". - Белгород: БелГУ, 2021г.
7. Уткин В.Л. ГТО техника движений. - М.: Физкультура и спорт, 2020г.
8. Методическое пособие Комитета по физической культуре и спорту «Всероссийский физкультурно – оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) 2024 год.