

**Дополнительная образовательная программа
комплексной физкультурно-спортивной подготовки "ГТОшка"**

Направленность программы	физкультурно-спортивная
Краткое описание программы	<p>Задачи программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – гармоничное развитие детей, – формирование необходимых двигательных умений и навыков для дальнейшего успешного освоения программ по физической культуре, спортивной подготовки по избранному виду спорта в начальной и спортивно школе, – определение индивидуальных особенностей детей в соответствии с требованиями видов спорта. <p>В результате освоения программы ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> – будет готов к выполнению нормативов ВФСК ГТО; – будет готов к процедуре выполнения нормативов ОФП для зачисления в группы начальной подготовки спортивных школ в соответствии с возрастом; – получит опыт участия в спортивных соревнованиях; – освоит плавание способом кроль на груди и кроль на спине. <p>Основное содержание программы составляют:</p> <p>упражнения в естественных движениях; общеразвивающие упражнения; упражнения из базовых видов спорта, таких как легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжные виды спорта, плавание; упражнения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» I возрастной ступени.</p> <p>Набор на обучение по программе проводится без предварительного отбора, на основе свободной записи, при наличии справки от врача об отсутствии у ребенка медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом</p>
Преподаватель	Ершов Максим Андреевич, инструктор по физкультуре
Возрастная адресованность	дети 5 – 7 лет (старшая и подготовительная группа)
Срок реализации программы	2 года
Количество групп	1 для детей 5 – 6 лет 1 для детей 6 – 7 лет
Количество детей в группе	6 человек
Количество занятий	В неделю 2 занятия В месяц 8 занятий
Длительность 1 занятия	30 мин.
Расписание занятий	четверг – занятие в бассейне пятница – занятие в спортивном зале 1-ая группа: 16.50 – 17.20; 2-ая группа: 17.30 – 18.00
Стоимость	1 занятие: 400 рублей В месяц: 3200 рублей