**Аннотация**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ступеньки ГТО»**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ступеньки ГТО» составлена в соответствии со следующими документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-Ф3 «Об образовании Российской Федерации»;
2. Приказа Минобрнауки России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 « О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
4. СанПиН 2.4.4.3172-14

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ступени ГТО» - физкультурно-оздоровительная.

**Новизна программы** данной программы заключается в том, что средствами фитнес аэробики и пауэрлифтинга мы готовим обучающихся к успешной сдачи норм ГТО.

**Актуальность программы:** заключается в популяризации коплекса ГТО у спортсменов занимающихся видами сорта фитнес аэробика и пауэрлифтинг

**Педагогическая целесообразность:** данной программы состоит в том, что бы обучающийся в процессе занятий спортом, включаясь в различные виды двигательной деятельности, способствовали своему физическому совершенствованию.

Цели и задачи программы.

**Цель программы:**внедрить комплекс ГТО в систему физического воспитания обучающихся в спортивной школе.

**Задачи программы:**

* Создание положительного отношения учащихся к комплексу ГТО;
* Развитие основных физических качеств;
* Формирование умений максимально проявлять физические способности при выполнении соревновательных видов испытаний.

Программа включает упражнения, определяющие уровень развития физических качеств, а также упражнения, способствующие формированию прикладных двигательных умений и навыков обучающихся.