

АНОТАЦИЯ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

Физкультурно-спортивной направленности «Спортивные и подвижные игры»

1. 1. Пояснительная записка содержит следующие компоненты:

1. 1.1. Направленность программы – физкультурно-спортивная

1.1.2. Актуальность программы

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

1.1.3. Значимость программы Практическая значимость программы «Спортивные и подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках

1.1.4. Отличительные особенности программы. Особенность данной программы заключается в объединении физкультурного и оздоровительного направлений. Предполагается не только формирование знаний и навыков, способствующих физическому развитию и укреплению здоровья, но и обучение комплексам специальных упражнений, релаксации. Кроме того, отдельные разделы программы могут быть использованы для проведения физкультурных занятий с группами продленного дня во время прогулок на свежем воздухе воспитателями этих групп.

1.1.5. Новизна программы состоит в получении результатов нового качества, направленных на осознание значимости физкультурно-спортивной деятельности в сохранении и укреплении здоровья.

1.1.6. Адресат программы: Программа рассчитана на работу с учащимися младших классов в возрасте 7-10 лет. Набор в группу осуществляется по интересам детей. Возможен разновозрастной состав группы.

1.1.7. Сроки реализации программы

Сроки реализации программы - 1 год.

1.1.8. Уровень программы.

Базовый.

1.1.9. Особенности организации образовательного процесса :

Форма - традиционная.

1.1.10. Форма обучения и режим занятий

Занятия групповые, индивидуальные, режим и продолжительность работы 3 раз в неделю по 1 академическому часу, 45 мин. Состав обучающихся в группе - постоянный, однородный, дети одной возрастной категории, без участия детей с ОВЗ.

Количество занятых детей в кружке 10-15 чел.

Продолжительность реализации программы: 102 часов

1.1.11 Педагогическая целесообразность программы.

Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, способствует формированию физических качеств, через элементы игры способствует пробуждению интереса детей к разным видам деятельности человека.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные и подвижные игры» направлена на удовлетворение потребностей обучающихся младшего школьного возраста в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель: сформировать у младших школьников благоприятное отношение к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

Возраст обучающихся	Задачи программы		
	воспитательные	развивающие	обучающие
7-10 лет	- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки; - воспитывать дисциплинированность; - способствовать формированию умения работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.	- развить координацию движений и основные физические качества; - способствовать повышению работоспособности учащихся; - развивать двигательные способности; - формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.	- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой; - обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам