

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Название программы: «Спортивный клуб»

Направленность: физкультурно- спортивная

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет

Режим занятий: 4,5 часа в неделю

Общий объем реализации программы: 144 часа.

Автор-составитель: Стетюха К.А., педагог дополнительного образования

Цель программы: обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья; охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.

Задачи программы:

-расширение двигательного опыта детей за счет овладения двигательными действиями избранного вида спорта и использование их в качестве средств укрепления здоровья и основ индивидуального образа жизни;

-совершенствование функциональных возможностей организма посредством направленной спортивной подготовки, организации педагогических воздействий на развитие основных биологических и психических процессов;

-воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами спортивной деятельности.

образовательные:

-ознакомление с традиционными видами спортивных игр;

-обучение координированию своих действий;

развивающие:

-формирование двигательной активности;

-развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, самостоятельности, глазомера, ориентировки в пространстве

-развитие психических качеств детей;

-развитие активности и творчества учащихся, честности, товарищеской взаимопомощи.

воспитательные:

-воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;

-воспитание культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности;

-воспитание уверенности в себе.

оздоровительные:

-формирование здорового образа жизни.

-приобщение детей к здоровому образу жизни, позволить детям ощутить красоту и радость движений.

Форма обучения: очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2), а также допускается очно-заочная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 4) дистанционная форма обучения с применением электронных образовательных ресурсов и дистанционных технологий обучения, используя доступные формы передачи информации (мессенджеры, сайт организации и т.д.), в период неблагоприятной эпидемиологической обстановки.

Форма занятий: индивидуальная, работа в парах, групповая.

Краткое содержание: в соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития, спортивная секция

призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании приобретенных знаний и навыков в организации здорового образа жизни. Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования: формирование здорового образа жизни школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка, а также расширение знаний обучающихся в теории профилактики здорового образа жизни, знакомства с практикой и историей спортивных игр.

Ожидаемые результаты:

- создание конкурентноспособных команд мальчиков и девочек;
- укрепление психического и физического здоровья учащихся;
- применение полученных навыков в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- снижение количества правонарушений среди подростков; в результате освоения данной программы.

Обучающиеся должны знать:

- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия данного вида спорта, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при физической нагрузке, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях, оказывать первую доврачебную помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели;
- соблюдать правила игры и дисциплину;
- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.);
- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- формулировать собственное мнение и позицию - работать в группе, в коллективе.

Обучающиеся по окончании освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивный клуб» получают **сертификат о прохождении программы.**