

## Аннотация

### к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

**Название программы:** «Спортивный клуб»

**Направленность:** физкультурно- спортивная

**Возраст обучающихся:** 6 - 15 лет

1 группа - 6 - 10 лет (Режим занятий: 2 часа в неделю, общий объем реализации программы: 64 часа);

2 группа – 11 – 15 лет (Режим занятий: 2,5 часа в неделю, общий объем реализации программы: 84 часа).

**Автор-составитель:** Тычко В.Н., педагог дополнительного образования

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

#### **Задачи:**

- 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.

- 

**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 «Спортивная секция» получают **сертификат о прохождении программы.**

•