

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Спортивные игры»
Физкультурно-спортивной направленности

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи программы:

Образовательные

- Обучить новым двигательным действиям для использования их в прикладных целях.
- Обучить основным приёмам техники и тактики спортивных игр.
- Сформировать устойчивый интерес к занятиям спортом.
- Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
- Вооружить знаниями по истории развития некоторых видов спорта и правилам игры.
- Содействовать укреплению здоровья учащихся.

Развивающие

- Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, гибкость, выносливость.
- Развивать двигательные способности детей посредством подвижных игр и занятий спортом.
- Развивать логическое мышление, способность рассчитывать, прогнозировать и предугадывать ситуацию.

Воспитательные

- Воспитывать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.
- Воспитывать сильные черты личности, таких как воля к победе, решительность, стойкость, выносливость, выдержка, терпение, находчивость, трудолюбие, а также коллективизм, коммуникабельность, взаимовыручка.
- Пропаганда здорового образа жизни, привлечение семей занимающихся к участию в спортивных мероприятиях.

Актуальность: программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. В детском возрасте двигательные навыки развиваются наиболее интенсивно, так как в этот период происходит формирование всего биодвигательного аппарата и физических качеств. Спортивные игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Спортивные игры развивают все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.). В процессе игры формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Отличительные особенности программы: состоят в расширении содержания учебного материала. В ней прослеживается углубленное изучение данного вида спорта с расширенным применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, овладением техникой двигательных действий и тактическими приемами по данной специализации. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

Адресат: программа «Спортивные игры» рассчитана на обучающихся от 13 до 15 лет. Наполняемость группы от 12 до 15 человек. В коллектив принимаются все желающие.

Режим занятий: занятия проводятся по группам. 1 группа 1 раз в неделю по 40 минут и 2 группа 1 раз в неделю по 40 минут.

Объем программы: программа рассчитана на 37 часов в год, из расчета 1 час в неделю, с учетом занятий в осенние и весенние каникулы.

Срок освоения программы: 1 год