# Аннотация к рабочей программе

**дополнительного образования**

 **ОФП «Весёлые игры» 1-4 класс**

# (физкультурно-спортивное направление)

* + - условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Весёлые игры», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Программа курса составлена на основе:

* 1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

 2.Основной образовательной программы НОО, ООО, СОО «Заледеевская средняя общеобразовательная школа» от 31.08.2023 г. № 01-04-215

 3.Положения о внеурочной деятельности обучающихся 1-9 классов и положения о рабочей программе внеурочной деятельности от 18.10.2017 г. №- 01-04-178

 4.Положения об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам от 01.09. 2021 г. № 01-04-169/2

5.Положение об организации внеурочной деятельности от 06.06.2023 г. №01-04-153

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры
2. Научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;

 3. Обучить различным играм

1. Дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры
2. Научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
3. Обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса

**Развивающие**

1. Развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
2. Развивать двигательные способности посредством подвижных игр.
3. Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

**Воспитательные**

1. Способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
2. Воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
3. Пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

**Программа курса рассчитана на возрастную категорию 8-11 лет. Игровые занятия проводятся 2 раза в неделю по 2часа.**

*Программа направлена на:*

* Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
* Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
* Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
* Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

*Новизна программы*

Новизна программы заключается в том, что она, в отличие от других подобных программ, предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр с первого года обучения.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранных подвижных и спортивных игр, эстафет.

*Актуальность и педагогическая целесообразность*

Стратегия тренировочных нагрузок при многолетней подготовке учащихся предполагает определённое соотношение средств общей и специальной физической подготовки. Данные многих научных исследований свидетельствуют о том, что путь замены средств общей физической подготовки специальными упражнениями не является достаточно эффективным. Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

***Целью программы*** является создание условий для достижения учащимися высоких спортивных результатов посредством педагогически целесообразного применения многоборной подготовки в учебно-тренировочном процессе.

***Основными задачами*** реализации поставленной цели являются:

* + укрепление здоровья учащихся, содействие их разносторонней физической подготовленности;
	+ укрепление опорно-двигательного аппарата;
	+ комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
	+ развитие морально-волевых качеств учащихся;

привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.

* создать детям условия для полноценной реализации их двигательных потребностей;
* формировать у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового образа жизни;
* развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
* стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
* развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
* воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
* формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

***Отличительные особенности программы*** Отличительной особенностью программы является увеличение количества часов на изучение подвижных игр, а также на изучение элементов спортивных игр на период первых 1 года обучения.

***Режим занятий****: Программа рассчитана на 204 часа, включая осенние, зимние, весенние каникулы. Занятия проводятся 68 раз в году по 2 часа.*

***Возраст детей, участвующих в реализации программы 7-10 лет .***Рабочая программа секции «Весёлые игры» предназначена для учащихся начальных классов и предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний будет дополняться спортивными играми. Программа учитывает возрастные и половые особенности учащихся.

В программу также включены такие формы и виды деятельности работы, как:

* общешкольные спортивно-массовые мероприятия;
* спортивные праздники;

Цель этих мероприятий - пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни, развитие нравственных и эстетических качеств, формирование устойчивой мотивации у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, рациональное использование свободного времени, активный отдых.

***Ожидаемые результаты и способы определения их результативности* Ожидаемый результат:**

* действенная поддержка у младших школьников должного запаса «адаптационной энергии» - тех ресурсов, которые помогают противодействовать стрессовым ситуациям, повышают неспецифическую устойчивость организма к воздействию окружающей среды, способствуя снижению заболеваемости;
* стимуляция процессов роста и развития, что благоприятно сказывается на созревании и детского организма, на его биологической надежности;
* наличие положительных эмоций, что способствует охране и укреплению психического здоровья;
* влияние на своевременное формирование двигательных умений и навыков и стимулирование развития основных физических качеств младших школьников (силы, быстроты, ловкости, выносливости, равновесия и координации движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
* формирование навыков самоорганизации культурного досуга После окончания ***этапа начальной подготовки*** учащиеся узнают**:**

-об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;

**-**упрощенные правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта) и подвижных игр для развития физических качеств;

-гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. **научатся:**

-выполнять общеразвивающие упражнения на развитие координации движений, ловкости, гибкости, силы мышц ног, рук, спины, брюшного пресса;

-играть по упрощенным правилам в спортивные (футбол, баскетбол, лапта) и подвижные игры для развития физических качеств;

-соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

После окончания ***обучения*** учащиеся узнают:

* правила спортивных игр (футбол, лапта);
* историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
* значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья;
* основные правила судейства соревнований и правил подвижных игр;

**научатся:**

* играть по правилам в спортивные игры (футбол, лапта).
* выполнять упражнения на расслабление во время занятий;
* соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

В целях промежуточной аттестации за результативностью занятий 1 раз в год, в мае, проводится показательные спортивные соревнования «Веселые старты».

**Морально-волевые качества**, которые развиваются в процессе занятий подвижными и спортивными играми.

***сила воли*** *-* способность преодолевать значительные затруднения. ***трудолюбие, настойчивость, терпеливость*** - это проявление силы воли во времени, на пути к

достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

***выдержка и самообладание -*** это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

***решительность —*** это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

***мужество и смелость —*** это черты характера, выражающие моральную силу и волевую стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

***уверенность в своих силах*** - это качество, является основой бойцовского характера. ***дисциплинированность*** - это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

***самостоятельность и инициативность*** - это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

***воля к победе*** - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

**Рабочая программа воспитания** МКОУ Заледеевская СОШ реализуется в том числе и через использование занятий ДО. Эта работа осуществляется в следующих формах:

* Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
* Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:

 демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского

поведения, проявления человеколюбия и добросердечности

— использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы

* Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в классе
* Инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, лицам.
* Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.
* Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.
* Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.
* Выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.
* Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.