

## **Описание дополнительной общеразвивающей программы «МАЛЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ»**

Программа для учащихся 7-11 лет основной школы, имеющие стойкий интерес к соревнованиям и предполагает мотивацию к обучению малым олимпийским играм. В данной программе основными видами деятельности являются: соревнования по спортивному ориентированию, легкоатлетическому многоборью, игры в мини-футбол, вышибалы, эстафеты в легкой атлетике и лыжном спорте, соревнования по ритмике и аэробике, танцевальные баттлы.

Программа «Малых олимпийских игр» составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры и ритмики в общеобразовательной школе, и его дополнений с учетом интересов детей (в зависимости времен года, возраста обучающихся). Для занимающихся по программе предусматриваются теоретические и практические занятия- участие в соревнованиях. Программа «Малых олимпийских игр» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе.

### **Цель программы**

Формирование ценностного отношения к здоровью, физической культуре и спорту у обучающихся младшей школы.

### **Задачи программы**

#### **Обучающие:**

- познакомить с игровыми видами спорта;
- познакомить с основными спортивными терминами, уметь применять их на практике;
- научить тактико-техническим навыкам в играх;
- обучить способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- способствовать приобретению опыта участия в соревнованиях каждому учащемуся.

#### **Развивающие:**

- сформировать установки на ведение здорового образа жизни;
- способствовать к развитию физических качеств;
- развить умение слушать и запоминать информацию.

#### **Воспитательные:**

- способствовать развитию коммуникативных способностей, умение играть в коллективе;
- сформировать уважительное отношение к другим;
- сформировать рефлексивный тип мышления у учащихся;
- способствовать воспитанию лидерских качеств при работе в команде.

### **Планируемые результаты**

Планируемые результаты освоения программы отслеживаются по трём компонентам: предметный, метапредметный и личностный, что позволяет определить динамическую картину творческого развития учащегося.

### **Личностные результаты:**

- осознание ценности здорового образа жизни;
- проявление трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **Метапредметные результаты:**

- уметь анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

### **Предметные результаты:**

- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и осуществлять их судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- выполнять технические и тактические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Содержание программы**

- Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Краткие исторические сведения о возникновении малых олимпийских игр. Правила соревнований;
- Легкая атлетика;
- Спортивное ориентирование;
- Аэробика;
- Сила и выносливость (многоборье);
- Вышибалы;
- Лыжные гонки;
- Координация движений;
- Гимнастика (многоборье);
- Веселые старты;
- Мини-футбол;
- Танцевальный баттл;
- Чувство ритма.

### **Материально-техническое обеспечение обучения**

Место проведения: спортивная площадка, спортивный зал, зал ритмики

#### **Инвентарь:**

- мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные, теннисные, малые мячи;
- скакалки;
- обручи;
- конусы;
- ракетка бадминтонная;
- гимнастическая стенка;

- гимнастические скамейки;
- сетка волейбольная;
- щиты с кольцами;
- секундомер;
- маты;
- степ-платформы
- гимнастические коврики.

### **Общие сведения**

Режим занятий:

1-й год - 36 часов

Для каждого класса, входящего с 1-й по 4-й класс образовательная нагрузка программы может распределяться в рамках месяца, четверти (полугодия), года, переноситься на каникулярное время. Главным ориентиром является реализация программы для каждого класса не менее чем 1 час в месяц.

Срок обучения: 1год

Направленность: Физкультурно-спортивная