

Описание дополнительной общеразвивающей программы «МАЛЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ»

Программа для учащихся 10-18 лет основной школы, имеющие стойкий интерес к соревнованиям и предполагает мотивацию к обучению малым олимпийским играм. В данной программе основным видом деятельности являются соревнования и игры в волейбол, настольный теннис, мини-футбол, баскетбол и эстафеты в легкой атлетике.

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.

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;
- Настольный теннис
- Волейбол;
- Баскетбол
- Мини-футбол;
- Легкая атлетика.

Материально-техническое обеспечение обучения

Место проведения: спортивная площадка, спортивный зал,

Инвентарь:

- Мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные, теннисные, малые мячи;
- Скакалки;
- Гимнастическая стенка;
- Гимнастические скамейки;
- Сетка волейбольная;
- Щиты с кольцами;
- Секундомер;
- Маты.

Общие сведения

Режим занятий:

1-й год - 36 часов

Для каждого класса, входящего с 5-й по 9-ю параллель школы, 10-го и 11-го класса, 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.

Основным условием выполнения данной программы является организация серии спортивных внутришкольных мероприятий, в которых были бы задействованы все классные сообщества с 5-й по 9-ю параллель, 10-й и 11-й класс.

Срок обучения: 1год

Направленность: Физкультурно-спортивная