

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение основная
общеобразовательная школа с. Городище

Дополнительная общеразвивающая программа «Олимпиец»

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Программа дополнительного образования физкультурно–спортивной направленности «Олимпиец» по предметам: игры (подвижные спортивные) и лыжная подготовка, составлена на основе государственных программ системы дополнительного образования детей по физическому воспитанию в интересах личности, общества, государства.

Отличительными особенностями программы являются:

-организация работы с детьми, имеющими разные потребности и индивидуальные возможности;

-в основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты;

-достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки педагогом, родителями и обучающимися.

Контингент основных заказчиков программы – родители обучающихся, ориентированные на качественное образование своих детей.

В разделе «Лыжная подготовка» проводятся тренинги на формирование и развитие координации движения рук и ног, равновесие, ритм, ориентирование в пространстве, реагирование на препятствие, перестроение двигательной деятельности, согласование и дифференцирование параметров движений, на сохранение устойчивости во время движения по снегу.

В разделе «Спортивные игры» идет обучение технике – тактическим действиям спортивных игр баскетбола, волейбола, футбола. Обучение сложной технике игр основывается на приобретенных в начальной школе простейших умениях обращения с мячом.

Игры (спортивные, подвижные) способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости и гибкости.

Срок реализации: 3 года. Программа рассчитана на 204 часа.

Список приложений:

Приложение № 1. Критерий оценки состояния здоровья детей.

Приложение № 2. Факторы, определяющие формирование осанки.

Приложение № 3. Комплексы упражнений с мячами.

Приложение № 4. Упражнения для освоения игровых видов спорта.