

Аннотация к рабочей программе «Порубежье»

Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Порубежье» для обучающихся первого года обучения МБУДО ДДТ г.Валуйки.

Автор программы: педагог дополнительного образования, Колесников Александр Викторович.

Количество обучающихся в группе до 15 человек.

Возраст детей, на которых рассчитана программа - дети дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста (5-17 лет).

Обучение по программе «Порубежье» осуществляется в четырех возрастных группах:

- 1 группа – обучающиеся 5-7 лет,
- 2 группа - обучающиеся 8-10 лет,
- 3 группа - обучающиеся 11-14 лет,
- 4 группа - обучающиеся 15-17 лет.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

В соответствии с образовательной программой учреждения, учебным планом на 2022-2023 учебный год на реализацию программы «Порубежье» на 1 год обучения отведено 144 часа, из расчёта 4 учебных часа. Из них: теории – 16 часов, практики – 128 часов.

Цель: сохранение и укрепление здоровья обучающихся посредством повышения их двигательной активности.

Данная цель может быть реализована путём решения следующих задач:

1. Обучающих:

- сформировать у обучающихся ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни;
- дать необходимые знания по теории, методике физической культуры (самоконтроль, гигиена, техника безопасности, правильное питание и т.п.);
- познакомить обучающихся с техникой и тактикой различных видов спорта;

2. Развивающих:

- развивать устойчивый интерес к занятию спортом;
- совершенствовать физические качества, формировать двигательные умения и навыки обучающихся;
- формировать культуру движений, обогащать двигательный опыт физическими упражнениями;

3. Воспитательных:

- воспитание моральных, волевых качеств, чувства дружбы и товарищества, готовности к взаимопомощи;
- формирование мотивации применять полученные знания на практике;
- воспитание навыков культурного поведения.

Данные задачи сконцентрированы на развитии устойчивого интереса к занятиям спортом, на стремлении к здоровому образу жизни, на организации досуга детей и подростков.

В результате прохождения программного материала к концу 1 года обучения обучающиеся должны знать:

- о подвижных играх, технике безопасности;
- о здоровом образе жизни и способах его формирования;
- основные формы движений, правила расслабления мышц при их выполнении;
- правила поведения при занятиях ОФП.

уметь:

- выполнять бег с прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движений;
- прыгать на месте, с продвижением вперёд и назад, левым и правым боком;
- метать мяч в цель; ловить, передавать и выполнять броски мяча двумя руками
- выполнять гимнастические элементы: ходьбы, бега, прыжков.

Ожидаемые результаты программы:

- оздоровление и физическое развитие детей;
- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- развитие волевых качеств: целеустремлённости, настойчивости, решительности, смелости, самообладания.

Педагог, реализующий программу:

Колесников Александр Викторович