

муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1» имени Героя Советского Союза
Шелаева Антона Стефановича
города Киров Калужской области

**Аннотация к рабочей программе
дополнительного образования
физкультурно-спортивная направленности
ОФП**

1. Дополнительная программа «ОФП» разработана с учётом требования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и планируемых результатов начального общего образования. Программа разработана в соответствии с требованиями и Федерального государственного образовательного стандарта:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- письма Министерства образования и науки РФ 09-3242 от 18.11.2015

«Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

- планируемых результатов основного общего образования, основной образовательной программы основного общего образования МКОУ «СОШ №1» им. Шелаева А.С. г. Кирова Калужской области

Программа «ОФП» направлена на: формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и физической подготовленности; целостное развитие физических и психических качеств; творческое использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Для данной программы характерна разнообразная двигательная активность, а именно: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, броски; многообразие движений способствует улучшению обмена веществ, улучшению деятельности всех систем организма, формирует координацию.

В процессе освоения программы «ОФП», у учащихся формируется целостное представление о единстве биологического, психического и социального в человеке, о законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы

Программа реализуется круглогодично. Категория программы-ознакомительная образования.

2. Цель программы: приобщение к здоровому образу жизни, привитие интереса к систематическим занятиям волейболом, воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в физическом саморазвитии и самосовершенствовании.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

Задачи реализации программы следующие:

Обучающие: → Развитие мотивации к познанию и самосовершенствованию как основы формирования образовательных запросов и потребностей. → Обеспечение прочного и сознательного овладения обучающимися системой специальных физкультурно-спортивных знаний и умений. → Расширение знаний детей и подростков в области физкультуры и спорта, гигиены и медицины. → Укрепление здоровья, повышение работоспособности юных спортсменов, совершенствование физических качеств, необходимых для овладения техникой и тактикой игры. **Воспитательные:** →

Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей. → Профилактика ассоциативного поведения. → Организация условий для полезного заполнения свободного времени детей и подростков. **Развивающие:** → Развитие быстроты, ловкости, скоростно- силовых качеств, гибкости; Формирование потребности в саморазвитии

3.Сроки реализации программы: 1год.

Объем часов, отпущенных на занятия - 68 часов в год при 2-х часах в неделю.

4.Основные разделы дисциплины

1.Введение обучающихся в мир ОФП;

знакомство с основными приемами игр.

2. Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей.

3. Всесторонняя общая и специальная физическая подготовка с обязательным использованием спортивного инвентаря.

4. Освоение навыков коллективной игры.

5. Содействие приобретению необходимого минимума знаний в области гигиены, медицины, физической культуры и спорта.

6. Организация условий для полезного заполнения свободного времени детей и подростков.

- Введение. Основы знаний. Техника безопасности
- Общеразвивающие упражнения.
- Легкоатлетические упражнения.
- Подвижные игры.
- Специальные упражнения.
- Техника игры.
- Тактика игры.
- Тестовые упражнения.

5. Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации

1. Формы контроля: текущий : учебно-тренировочные занятия

2. итоговый: спортивные соревнования, игры, тестовые упражнения.

6 Литература,

1. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать.- М.: Просвещение, 2006

2.Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. - М.: Academia, 2008

3. Погодаев Г.И. Настольная книга учителя физкультуры.- М.: Физкультура и спорт, 2004

4. Программы. Спортивные кружки и секции. – М.: Просвещение, 2007

5. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. - Ростов-на-Дону, Феникс, 2004г.

Список литературы, рекомендованной для детей и родителей