

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КУЩЕВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА

Принята на заседании
педагогического совета
от «08» сентября 2020 года
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МБОУ ДО ЦТ
/Е.С. Миндрина/
М.П. Пр. № 137 от 11.09.2020г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

« Факел (ОФП) »
(указывается наименование программы)

Уровень программы: ознакомительный
(ознакомительный, базовый или углубленный)

Срок реализации программы: 3 месяца (48ч.)
(общее количество часов)

Возрастная категория: от 5 до 18 лет

Форма обучения: очная, дистанционная

Вид программы: модифицированная
(типовая, модифицированная, авторская)

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер программы в Навигаторе: 829

Автор-составитель:

Скорик Любовь Николаевна -
педагог дополнительного образования
(указать ФИО и должность разработчика)

Введение.

Одна из основных тенденций развития современного общества - это сохранение и укрепление здоровья человека. Для выполнения данного требования необходима популяризация различных видов спорта, здорового образа жизни.

Занятия общей физической подготовкой являются хорошей школой физической культуры и проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся, достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке, приобретения инструкторских навыков и умения самостоятельно заниматься физической культурой.

Программа объединения составлена на основе материала, который учащиеся изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе и рекомендуется для детей, имеющих разносторонний уровень физической подготовки.

1. Комплекс основных характеристик ознакомительной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы – *физкультурно – спортивная*, направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Актуальность программы обусловлена несколькими причинами:

- ухудшение здоровья школьников, повышение роста заболеваемости;
- высокая умственная и психологическая нагрузка в школе;
- частые стрессовые состояния.

Приоритетными задачами программы являются формирование в сознании детей ценностного отношения к своему здоровью, развитие мотивации к познанию и творчеству учащихся, создание условий для развития, укрепление психического и физического здоровья.

В наше время детский спорт и физкультура приобрели новое и весьма важное социальное значение, являясь пропагандой здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что в объединении особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса. В своей реализации программа ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического

поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении, помогает в решении задач здоровье сбережения.

Занятия физическими упражнениями развивают в детях такие качества, как выносливость, скорость и координацию. Занятия спортивными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе. Развитие этих качеств, в свою очередь, способствует успешному выполнению учебных программ.

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается изучение спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации. В процессе освоения данной программы обучающиеся формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Так же новизна данной программы состоит в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Программа «Факел» состоит из 2 модулей: **«Общеразвивающие упражнения»** и **«Спортивные игры»**.

Первый модуль программы реализуется по системе персонифицированного финансирования дополнительного образования Краснодарского края (далее – ПФДО).

Модульный подход позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

Отличительные особенности данной программы. Программа состоит из трёх разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов обучающихся, поддержание контактов с родителями.

Запланированы воспитательные задачи: приучение к сознательной дисциплине, воспитывать такие качества, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе.

Особенности организации образовательного процесса.

Возможна реализация программы с применением дистанционных технологий: Онлайн-обучение (синхронные сетевые технологии) и Офлайн-обучение.

Онлайн-обучение:

- Видеоконференция на платформе ZOOM;
- Чат (онлайн-консультация);
- Видео-консультирование (WhatsApp, Skype)

Офлайн-обучение:

- Мессенджер WhatsApp, ВКонтакте;
- Электронная почта;
- Ссылки на электронные источники и видеоматериалы по теме занятия;
- Мастер-классы, презентации;
- Видео-уроки;
- Дистанционные конкурсы, олимпиады.

Основной вид деятельности – самообучение, организуемое посредством взаимодействия обучающегося с образовательными ресурсами, при этом контакты с другими участниками образовательного процесса минимизированы. Электронное обучение с применением дистанционных педагогических технологий расширяет возможность самостоятельного поиска информационно-познавательных ресурсов, т.е. находить нужную информацию, обрабатывать её и применять в практической деятельности.

Адресат программы - возраст обучающихся, участвующих в реализации программы – 7-18 лет. Набор в объединение производится без учета антропометрических данных ребенка, при наличии медицинской справки о допуске к занятиям. За основу берется желание учащегося заниматься физической деятельностью.

Уровень программы – ознакомительный.

Объем программы - 48 часов.

Срок реализации программы – 3 месяца.

Формы организации занятий – групповые.

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по два часа.

В дистанционном режиме: занятия проводятся 2 раза в неделю: дети с 6 до 11 лет – 20 минут занятие, с 12 до 18 – 30 минут занятие.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель - создание условий для вовлечения детей в активные занятия физической культуры и спортом, привитие здорового образа жизни.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом.
- Формирование знаний об основах физической деятельности.
- Обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)
- Обучение игровой и соревновательной деятельности.

Метапредметные:

- Совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости.
- Формирование и совершенствование двигательной активности учащихся.
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях.

Личностные:

- Привитие жизненно важных гигиенических навыков.
- Содействие развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы.
- Стимулирование развития волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка.
- Формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями.