

АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеобразовательной программе
«Подвижные игры»

Тип: адаптированная

Направленность: физкультурно-спортивная

Нормативный срок освоения: 4 года

Возраст обучающихся: 7 – 11 лет (младшее школьное звено)

В последнее время наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья детей, в частности детей младшего школьного возраста. Кроме того, многие из них имеют слабое физическое развитие. Все это отрицательно сказывается на общем самочувствии дошкольника, на работоспособности его организма. Такие дети болеют чаще, чем другие, т.к. у них снижена сопротивляемость организма к неблагоприятным условиям внешней среды (пониженной температуре воздуха и воды, к инфекционным заболеваниям).

Известно, что физкультура и спорт помогают укрепить здоровье ребенка, улучшить его физическое развитие. Кроме того, двигательная активность – это биологическая потребность ребенка. Но она не должна протекать стихийно, необходимо последовательное формирование движений. Полноценное развитие движений происходит только в том случае, когда ребенок выполняет их по собственной инициативе. Инициатива же появляется у детей в игровой деятельности.

Подвижная игра – сложная эмоциональная деятельность детей, основанная на движении и наличии правил, направленная на решение двигательной задачи.

Она развивает мышление, воображение, чувство ритма, учит соблюдать правила, особенно действовать в изменяющейся игровой ситуации, подчиняться требованиям, быть искренним, хорошим товарищем, сопереживать и помогать друг другу, активизирует дыхание, обменные процессы, кровообращение, память, фантазию, формирует быстроту, силу, выносливость, чувство справедливости, дисциплинированность. Помогает овладеть пространственной терминологией, познавать окружающий мир, освоиться в коллективе, пополняет словарный запас детей.

Преодоление гиподинамии в условиях массовой школы - системная организация урочной и внеурочной деятельности. В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игр, в программу включены подвижные игры, которые позволяют:

- укреплять здоровье
- развивать двигательные качества – быстроту, ловкость, силу, выносливость, физические качества
- формировать культуру движений
- обогащать двигательный опыт
- повышать функциональные качества личности
- соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества.

Программа «Подвижные игры» адаптированная, она составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-4 классов под редакцией В.И. Ляха и А.А. Зданевич, утвержденной Министерством образования Российской Федерации.

Уникальность программы заключается в том, что в ней:

- 1) *Сочетаются занятия в спортзале с занятиями на свежем воздухе*
- 2) *Обучение по смежным видам спорта: а) лыжный спорт, б) гимнастика, в) легкая атлетика.*

ЦЕЛЬ: Закреплять и совершенствовать приобретенные навыки владения техникой двигательных действий, стимулировать детей к самостоятельному выполнению движений, создать возможность применения навыков двигательных действий в играх и жизни.

ЗАДАЧИ:

- формировать навыки общественного поведения, заинтересованность в совместных действиях*
- совершенствовать и обогащать двигательный опыт учащихся без больших длительных напряжений*
- для прочности усвоения систематически повторять игры*
- формирование и укрепление волевых качеств, смелости, решительности, инициативы, выдержки, осторожности, терпеливости*
- развитие самостоятельности*
- воспитание спортивного трудолюбия*
- привитие интереса к спортивным играм*
- изучение основных приемов техники и простейших тактических действий в спортивных играх*
- *самостоятельное применение различных ходов в играх, эстафетах.*