

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Бадминтон»

Направленность: физкультурно-спортивная

Бадминтон является новым направлением в развитии физического воспитания. Введение его в занятия физической культуры Вузов, может стать не только решением вопроса по привлечению студентов к занятиям физической культурой, но и оздоровления молодежи в целом. В настоящее время наблюдается тревожная тенденция ухудшения состояния здоровья и снижение физической подготовленности среди обучающихся. В связи с этим, формирование потребностей в здоровом образе жизни в процессе обучения становится одной из важнейших задач. Занятия бадминтоном разнонаправленно воздействуют на организм человека. В бадминтоне реализуется два важных качества - игра и польза. По мнению спортивных специалистов, бадминтон имеет преимущества, которые могут быть использованы в сфере образования. Он доступен, увлекателен, не сложный в освоении на начальном этапе обучения. Кроме того, способствует физическому развитию, улучшению координационных способностей, а также развитию интеллекта.

Возраст обучающихся: 11-18 лет

Продолжительность: 1 год

Режим занятий: 3 раза в неделю

Форма организации процесса обучения: групповая

Краткое содержание: программа основана на курсе обучения игре в бадминтон, раскрывает обязательный минимум учебного материала для такого рода программ. Курс обучения игре в бадминтон и технические приемы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся.

Ожидаемый результат: Результаты освоения программного материала по программе «Бадминтон», исходя из принципа «общее – частное – конкретное», представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами:

- 1. Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения программы. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия бадминтоном для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.
- 2. Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программы, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.
- 3. Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы «Бадминтон». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по бадминтону.

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Данная программа в своих целях и задачах соотносится с Федеральным компонентом государственного стандарта среднего общего образования и концепцией образования, по своему содержательному наполнению ориентируется на воспитание гармонично развитых, активных граждан общества, привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Программа разработана в соответствии с Обязательным минимумом содержания образования в области физической культуры и Минимальными требованиями к уровню подготовки учащихся среднего и старшего звена по физической культуре. Предлагаемая программа является учебно-познавательной и массовой; по срокам реализации – годичной, по уровню содержания – базовой.

Основная цель программы: укрепление здоровья, содействие физическому развитию детей и подростков, формирование интереса к спортивным играм и самостоятельным занятиям физическими упражнениями

Реализация программы направлена на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков.

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Продолжительность: 1 год

Режим занятий: 3 раза в неделю

Форма организации процесса обучения: групповая

Краткое содержание: программа носит оздоровительный характер, в её основе лежат здоровьесберегающие технологии.

Ожидаемый результат: Каждый занимающийся ребенок должен овладеть:

Теоретическими знаниями:

- физическая культура в повседневной жизни человека;
- влияние средств физической культуры на состояние здоровья;
- повышение умственной и физической работоспособности;
- развитие физической культуры и спорта в России.

Практическими навыками и умениями:

- умение применять гигиенические и закаливающие процедуры;
- средства самоконтроля за состоянием здоровья;
- знания судейской практики в игре;
- успешно выполнять контрольные нормативы;
- овладеть техническими и тактическими приемами ведения игры.

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Доступный спорт»

Направленность: физкультурно-спортивная

Общая физическая подготовка является средством физического и духовного воспитания учащихся. Занятия по общей физической подготовке нашли широкое применение в различных звеньях физкультурного движения. Общая физическая подготовка - это основа любого вида спорта.

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 в объединении по общей физической подготовке являются хорошей школой физической культуры, школой укрепления здоровья, школой формирования моральных и волевых качеств, школой навыков общественного поведения. Многообразие содержания, форм и методов ОФП позволяет в доступной и увлекательной форме проводить занятия с детьми в любых условиях круглый год. Коллективный характер занятий делает ОФП школой взаимодействия и взаимовыручки учащихся.

Возраст обучающихся: 11-18 лет

Продолжительность: 1 год

Режим занятий: 3 раза в неделю

Форма организации процесса обучения: групповая

Краткое содержание: программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, проведение тестирования по физической подготовленности обучающихся и участие в соревнованиях. Предметом обучения для данного возраста является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. Программа является учебно-познавательной и массовой;

Ожидаемый результат: Каждый занимающийся ребенок должен овладеть:

Теоретическими знаниями:

- физическая культура в повседневной жизни человека;
- влияние средств физической культуры на состояние здоровья;
- повышение умственной и физической работоспособности;
- развитие физической культуры и спорта в России.

Практическими навыками и умениями:

- умение применять гигиенические и закаливающие процедуры;
- средства самоконтроля за состоянием здоровья;
- успешно выполнять контрольные нормативы.

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Мини-футбол – один из самых динамично развивающихся видов спорта. Уже более 130 стран в мире культивируют данную дисциплину. О растущей популярности этого вида спорта также свидетельствует инициатива ФИФА о включении мини-футбола (футзала) в программу юношеских Олимпийских игр.

Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивают основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия. Соревновательный характер, высокая эмоциональность, самостоятельность действий делают мини-футбол эффективным средством активного отдыха. Благодаря разнообразной двигательной деятельности, широким координационным и атлетическим возможностям занимающиеся мини-футболом быстрее и успешнее осваивают жизненно важные двигательные умения и навыки, в том числе и трудовые. Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Продолжительность: 1 год

Режим занятий: 2 раза в неделю

Форма организации процесса обучения: групповая

Краткое содержание: в программу подготовки юных мини-футболистов внесены специально разработанные упражнения по общей и специальной физической подготовке. Это способствует оздоровлению, физическому и психическому развитию занимающихся на основе их творческой активности; формированию здорового образа жизни, привлечению детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Ожидаемый результат: укрепить здоровье занимающихся, совершенствовать основные двигательные навыки занимающихся (бег, ходьба, прыжки), добиться овладения занимающимися техники и тактики игры в мини-футбол.

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Настольный теннис»

Направленность: физкультурно-спортивная

Для осуществления грамотного тренировочного процесса необходима специальная система, которой является данная программа подготовки теннисиста. Программа разработана с учетом материально-технического обеспечения, климатических условий, состояния здоровья детей, их индивидуальных особенностей, а также психофизиологических возрастных особенностей. В рамках данной программы осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа с обучающимися.

Спортивная игра «настольный теннис» выделяется своей популярностью в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе, простотой подготовки материально-технической базы и, естественно, подготовленностью тренера – преподавателя. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков в школе снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом.

Возраст обучающихся: 11-18 лет

Продолжительность: 1 год

Режим занятий: 3 раза в неделю

Форма организации процесса обучения: групповая

Краткое содержание: программа носит оздоровительный характер, в её основе лежат здоровьесберегающие технологии.

Ожидаемый результат: Целенаправленная работа по обучению игре в настольный теннис позволит достичь следующих результатов:

- У детей сформирована мотивация развития способностей через занятия настольным теннисом.
- Сформировано эмоциональное отношение ребенка к занятиям в секции по настольному теннису.
- Развита двигательные способности детей и физические качества, такие как быстрота, сила, ловкость, глазомер, быстрота реакции и движений, подвижность в суставах.
- Сформированы умения согласованно выполнять движения с мячом и ракеткой.
- Выработаны четкие координационные движения.
- Эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.
- Сформирован навык подготовительных и специальных упражнений в игре настольный теннис.