

Аннотация к программе внеурочной деятельности секции «ОФП»

Предложенная программа базируется на элементах из различных видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры) и в комплексе позволяет педагогу развить на достаточном уровне у обучающихся такие качества как сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость. Направленность программы: спортивно- оздоровительное Программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности школьников и предназначена для реализации в общеобразовательной школе. Программа рассчитана на обучающихся 5-8 классов. Цель: создание условий для оказания благоприятного воздействия на укрепление здоровья и дальнейшего вовлечения в активные занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

1. Укрепление здоровья, улучшение физической подготовленности;
2. Формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
3. Воспитание сознательного и активного отношения к здоровью и здоровому образу жизни как к ценностям;
4. Содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся;
5. Повышение тренировочных и соревновательных нагрузок уровня владения навыками игры в процессе многолетней подготовки;
6. Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
7. Достижение высоких показателей в физической и технической подготовках;
8. Воспитание нравственных и волевых качеств;
9. Воспитание активности, сознательности и самодисциплины и на их основе создание дружного, боеспособного коллектива;
10. Воспитание трудолюбия, благородства и умения переживать неудачи и радости побед;
11. Развитие чувства ответственности за себя, за коллектив, за спортивные достижения команды;
12. Развитие физических качеств и психических свойств личности.

Методы работы

- Преимущественно активные: физкультурно-оздоровительные, игровые. Формы внеурочной деятельности
- Пропаганда здорового образа жизни
- Упражнения на развитие гибкости.
- Подвижные игры на развитие сплоченности. • Спортивные игры. Для проведения занятий планируется свободный набор в группы в начале учебного года. Состав группы – постоянный. Периодичность занятий – 1 раз в неделю. Количество детей в группе от 15 человек. Программа включает в себя пояснительную записку, описание этапов работы, основные виды деятельности, содержание работы по классам, ожидаемый результат.