Физкультурно-спортивная направленность

Аннотация
к программе «Грация»

Актуальность программы обусловлена запросом со стороны детей и их родителей на программы физкультурно-спортивной направленности**.**

В последнее время все больше девочек разных способностей и с различными данными хотят заниматься художественной гимнастикой, не только в специализированных спортивных школах, но и в многочисленных секциях музыкально-ритмической и художественной гимнастики учреждений дополнительного образования. Гимнастика (художественная и ритмическая) добавляет новые возможности в развитие детей. Она развивает не только физические качества, но и память, внимание, быстроту реакции, а также эстетическое восприятие детей – понимание красоты и гармонии – благодаря выполнению упражнений под музыку. Таким образом, программа, созданная на основе художественной и ритмической гимнастики, расширяет границы возможностей детей и показана практически всем.

Отличительной особенностью данной программы является комплексный подход к содержанию, включающий в себя основы музыкально-ритмической, художественной гимнастики, акробатики, общеразвивающих упражнений, музыкальной подготовки. По программе могут заниматься обучающиеся различного уровня физической подготовки, без предварительного отбора, сохраняя и совершенствуя приобретенные навыки. Содержание программы характеризуется последовательным усложнением состава осваиваемых действий, их применением, разнообразием технических умений, специальной информацией по этапам тренировки. При реализации программы в календарном учебном графике происходит чередование тем из различных разделов, что способствует лучшему усвоению материала.

Адресат программы. Возраст обучающихся, участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, 5-14 лет.

Цель программы: всестороннее физическое и духовное развитие личности средствами физической культуры и спорта.

Задачи программы:

воспитательные:

- воспитание эстетических, моральных и волевых качеств;
- привитие занимающимся интереса к самостоятельным занятиям гимнастическими упражнениями, играм к занятиям музыкально-ритмической и художественной гимнастикой формам активного отдыха и досуга спорта;
- воспитание трудолюбия, дисциплинированности, аккуратности и старательности;
- воспитание положительных качеств личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- воспитание дисциплинированность, аккуратность, старательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- воспитание интереса к самостоятельным занятиям гимнастическими упражнениями, играм к занятиям музыкально-ритмической и художественной гимнастикой формам активного отдыха и досуга спорта.

развивающие:

- развитие специфических качеств, необходимых для занятий гимнастикой: музыкальности, танцевальности, выразительности и творческой активности;

- развитие представления, памяти и мышления в ходе двигательной деятельности и управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;

- развивать умения выполнять упражнения точно по инструкции, анализировать и объективно оценивать результаты, находить ошибки при выполнении учебных заданий;

- развивать умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, планировать деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе работы;

- развитие навыка технически правильно выполнять двигательные действия и использовать их;

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации движений и творческих способностей) и технических качеств, которые позволят в полной мере освоить навыки музыкально-ритмической и художественной гимнастики.

обучающие:

- знакомство с правилами личной гигиены, режимом дня, влиянием физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных качества, а также со сведениями о строении и функциях организма человека;

- формирование навыков и умений проводить упражнения под музыку, выполнять и показывать комплексы физических упражнений на развитие гибкости, координации движений, силы;

- обучение основам техники акробатических упражнений;

- формирование правильной осанки и гимнастического стиля выполнения упражнений;

- разносторонняя, сбалансированная общая и специальная подготовка (начальное развитие физических качеств);

- освоение базовых навыков выполнения гимнастических упражнений без предметов и с предметами и элементов хореографии, упражнений музыкально-ритмической гимнастики, комбинации из трех элементов;

- познакомить с ролью физической культуры и спорта в обществе и формировании личности.

Формы организации образовательного процесса.

Форма организации занятия – групповая, работа по подгруппам, индивидуальная, формы проведения занятия – беседа, учебно-тренировочное занятие, практическое занятие, соревнования, показательные выступления.

Аннотация
к программе «Бокс»

Славяне были известны всей Европе как доблестные воины. В Древней Руси часто проводились кулачные бои. Так как войны на Руси были частым явлением, каждому мужчине следовало владеть ратными навыками. Начиная с самого раннего возраста, дети с помощью разнообразных игр, таких как «царь горы», «на ледяной горке», «куча-мала», борьбы постепенно приучались к тому, что нужно уметь постоять за Родину, семью и самих себя. Когда дети становились взрослыми, игры перерастали в настоящие поединки, известные как «кулачные бои». Помимо развлечения, кулачный бой был своеобразной школой, развивающей у народа навыки, необходимые для защиты Родины. Современная олимпийская история бокса содержит множество золотых, серебряных и бронзовых страниц, посвященных отечественным чемпионам, прославившим этот вид спорта. Бокс – это острое единоборство, где требуется воля, предельная концентрация внимания, мгновенные решения и точные действия. Ринг учит мужественности, преодолению усталости, неуверенности, боязни, боли, физического и психического напряжения. Заниматься боксом может каждый, независимо от физических качеств, роста, веса, пропорций тела; боксеры утверждают, что неспособных к боксу нет; чтобы стать боксером, необходимо осознать логику бокса, смысл физического и психологического единоборства, значение высококачественной техники и тактики борьбы на ринге.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бокс» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы. При реализации программы формируется культура здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и асоциального поведения. Программа популярна среди детей и подрастающего поколения.

Отличительной особенностью данной программы является то, что при реализации программы уделяется внимание соразмерному развитию физических качеств обучающихся (ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, прыгучести и т.д.); расширению и углублению физической подготовки, полученной в общеобразовательной школе; развитию познавательной активности и способности к самообразованию; формированию осознанного отношения к укреплению здоровья, повышению уровня самостоятельности, самоконтроля, самооценки; формированию потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом и регулярном участии в различных спортивно-массовых мероприятиях; воспитанию у учащихся трудолюбия, порядочности, ответственности, аккуратности, патриотизма, а также навыков культуры поведения и бесконфликтного общения; внедрению модели соревнований по боксу, в которой исключаются удары по голове спортсменов, а больше внимания уделяется общефизической подготовке, специальным упражнениям самозащиты на основе бокса.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей 6-18 лет имеющих письменное разрешение врача-педиатра.

Цель программы: формирование культуры здорового образа жизни, развитие волевых качеств, овладение технико-тактическими приемами бокса.

Задачи:

воспитательные:

- формирование устойчивого неприятия вредных привычек и асоциального поведения;
- приобщение к соблюдению спортивной этики, дисциплины;
- воспитание чувства патриотизма и любви к Родине и малой Родине;
- воспитание чувства товарищества и личной ответственности за коллектив.

обучающие:
- овладение технико-тактическими приемами бокса;
- приобщение к культуре здорового образа жизни.

развивающие:
- развитие волевых качеств;
- развитие внимания, мышления, памяти.

Формы организации образовательного процесса.

В течение всего образовательного процесса применялись такие формы обучения как: лекция, беседа, игра, соревнование, тренировка (по традиционной типологии); индивидуальные, парные, коллективно-групповые формы по типу классно-урочных (по эмпирической типологии); индивидуальные, групповые и коллективные учебные занятия (по теоретической типологии).

Аннотация
к программе «Настольный теннис»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» имеет ***физкультурно-спортивную направленность.***

Содержание программы предполагает знакомство обучающихся с правилами, техникой и тактикой игры в настольный теннис.

Актуальность программы. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Настольный теннис», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организм.

Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Выбор спортивной игры – настольный теннис определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе, учебно-материальной базой общеобразовательного учреждения и, естественно, подготовленностью самого педагога. Очень важно, чтобы учащийся мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности настольного тенниса создают

благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, настольный теннис, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир детей, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Отличительной особенность данной программы является то, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди учащихся и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 6-18 лет.

Цель программы: развитие физических качеств, личностных качеств, обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

Задачи программы:

воспитательные:

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- воспитывать ценность здорового образа жизни;
- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности.

развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развить двигательные способности посредством игры в теннис;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- формировать коммуникативных навыков у обучающихся;
- формировать умений понимать причины успеха и неуспеха в учебной деятельности;
- формировать познавательного интереса к учебному процессу.

обучающие:

- познакомить с основными терминами и понятиями игры в настольный теннис
- познакомить с историей настольного тенниса и его ролью в современном обществе
- познакомить с правилами игры в настольный теннис;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- научить самостоятельно применять атакующий и защитный стиль игры;
- научить компетентно вести судейство игр при проведении соревнований, а также преодолевать психологический барьер при поражении на соревнованиях;

- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса.

Формы организации образовательного процесса. Форма организации занятия – групповая, работа по подгруппам, формы проведения занятия – беседа, практическое занятие, учебно-тренировочное занятие, соревнования.

Аннотация
к программе «Белая ладья»

В настоящее время, когда весь мир вступил в эпоху компьютеров и информационных технологий, особенно большое значение приобретает способность быстро и разумно разбираться в огромном объеме информации, умение анализировать её и делать логические выводы. Очень большую роль в формировании логического и системного мышления играют шахматы.

Занятия шахматами способствуют повышению уровня интеллектуального развития учащихся, умения концентрировать внимание на решение задач в условиях ограниченного времени, анализировать возникающие ситуации и делать выводы.

Шахматы – наглядная соревновательная форма двух личностей. Шахматы нам нужны как способ самовыражения творческой активности человека. Планировать успех можно только при постоянном совершенствовании шахматиста. При этом творческий подход педагога является необходимым условием преподавания шахмат. Успех в работе во многом зависит от его личности, опыта и умения вести занятия с различными по возрасту юными шахматистами, от индивидуального подхода к каждому обучающемуся.

Актуальность программы продиктована требованиями времени. Так как формирование развитой личности сложная задача, преподавание шахмат через структуру и содержание способно придать воспитанию и обучению активный целенаправленный характер. Система шахматных занятий в системе дополнительного образования, выявляя и развивая индивидуальные способности, формируя прогрессивную направленность личности, способствует общему развитию и воспитанию обучающегося.

Отличительной особенностью программы является ее индивидуальный подход к обучению. Он имеет два главных аспекта. Во-первых, воспитательное взаимодействие строится с каждым юным шахматистом с учётом личностных особенностей. Во-вторых, учитываются знания условий жизни каждого обучающегося, что важно в процессе обучения. Такой подход предполагает знание индивидуальности ребёнка, подростка с включением сюда природных, физических и психических свойств личности.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся от 6 до 16 лет.

Цель программы: развитие умственных способностей, обучающихся через овладение общеразвивающими и спортивными навыками шахматной игры.

Достигается указанная цель через решение следующих **задач:**

обучающие:

- познакомить с историей шахмат;
- обучить правилам игры;

- дать учащимся теоретические знания по шахматной игре

- познакомить с правилами проведения соревнований и правилами турнирного поведения.

развивающие:

- развивать логическое мышление, память, внимание, усидчивость и другие положительные качества личности;

- сохранять выдержку, критическое отношение к себе и к сопернику;

- формировать навыки запоминания;

- вводить в мир логической красоты и образного мышления, расширять представления об окружающем мире.

воспитательные:

- бережно относиться к окружающим, стремиться к развитию личностных качеств;

- прививать навыки самодисциплины;

- способствовать воспитанию волевых качеств, самосовершенствования и самооценки.

Формы организации образовательного процесса. Программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой формы работы с обучающимися.

В процессе обучения предусматриваются следующие формы учебных занятий: беседа, рассказ преподавателя, сеанс одновременной игры, шахматная викторина, игровое состязание с использованием сюжетов на исторические темы, шахматный турнир и др.

На каждом из занятий прорабатывается элементарный шахматный материал с углубленной проработкой отдельных тем. Основной упор на занятиях делается на детальном изучении силы и слабости каждой шахматной фигуры, ее игровых возможностей.

Аннотация
к программе «Шахматы»

Сегодня в образовании происходят серьезные изменения, на первый план выдвигается развивающая функция обучения, в значительной степени способствующая развитию личности учащихся и наиболее полному развитию их творческих способностей. Обучение шахматной игре способствуют воспитанию у них усидчивости, воли и целеустремленности, учит погружаться в диалог с самим собой и мыслительный диалог с собеседником, развивают стратегические качества ума: анализ, синтез, воображение, способность к самооценке, оценке и прогнозированию, т.е. социально-ролевое взаимодействие. Само время требует от человека умения быстро решать возникающие задачи и ориентироваться в постоянно меняющемся мире. Шахматы – это тоже своего рода модель такого постоянно меняющегося мира, в котором также надо быстро находить правильные решения.

Актуальность программы.

Уже давно было замечено, что развивающее влияние шахмат особенно проявляется у детей этого возраста. В указанном возрасте складывается

специфическая интеллектуальная способность общего характера – умение, принимая терминологию одного из крупнейших специалистов по психологии творчества Я.А. Пономарева, действовать в уме. Это действие начинает предшествовать двигательному действию и высказыванию, в нем как бы проигрывается последующее действие перед своей реализацией. И в этом плане шахматы, как бы самим богом созданный материал или модель для развития способности действовать в уме. Отмеченные этапы формирования такой способности на шахматном материале легко и логично реализуются для самой игры.

Актуальность программы продиктована требованиями времени. Так как формирование развитой личности сложная задача, преподавание шахмат через структуру и содержание способно придать воспитанию и обучению активный целенаправленный характер. Система шахматных занятий в системе дополнительного образования, выявляя и развивая индивидуальные способности, формируя прогрессивную направленность личности, способствует общему развитию и воспитанию обучающегося.

Отличительные особенности программы. Материал программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

Представленные в программе темы создают целостную систему подготовки шахматистов. При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учётом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, практическая значимость учебного материала для учащегося.

Педагогом разработаны и используются на занятиях дидактический материал (карточки, шахматные этюды и задачи), активизирующий общие и индивидуальные логические особенности обучающихся; применяется метод исследования (написание рефератов и докладов по истории шахмат).

В данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе предусмотрено развитие не только обучающегося, но и программа его самообучения. Она может составляться и корректироваться в ходе деятельности самого обучающегося, который оказывается субъектом, конструктором своего образования, полноправным источником и организатором своих знаний. Учащийся с помощью педагога может выступать в роли организатора своего образования: формулирует цели, отбирает тематику, составляет план работы, отбирает средства и способы достижения результата, устанавливает систему контроля и оценки своей деятельности.

Программа «Шахматы» интегрирована с ежегодным графиком соревнований, что позволяет учащимся в полной мере проявить полученные теоретические знания на практике, а также выявить недостатки в подготовке.

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шахматы» предназначена для детей от 6 до 16 лет.

Цель программы: развитие умственных способностей, обучающихся через овладение общеразвивающими и спортивными навыками шахматной игры.

Достигается указанная цель через решение следующих **задач:**

обучающие:

- познакомить с историей шахмат;
- обучить правилам игры;
- дать учащимся теоретические знания по шахматной игре
- познакомить с правилами проведения соревнований и правилами турнирного поведения.

развивающие:

- развивать логическое мышление, память, внимание, усидчивость и другие положительные качества личности;
- сохранять выдержку, критическое отношение к себе и к сопернику;
- формировать навыки запоминания;
- вводить в мир логической красоты и образного мышления, расширять представления об окружающем мире.

воспитательные:

- бережно относиться к окружающим, стремиться к развитию личностных качеств;
- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств, самосовершенствования и самооценки.

Формы организации образовательного процесса. Программа предусматривает использование подгрупповой, индивидуальной и групповой формы работы с обучающимися.

В процессе обучения предусматриваются следующие формы учебных занятий: беседа, рассказ преподавателя, сеанс одновременной игры, шахматная викторина, игровое состязание с использованием сюжетов на исторические темы, шахматный турнир и др.

На каждом из занятий прорабатывается элементарный шахматный материал с углубленной проработкой отдельных тем. Основной упор на занятиях делается на детальном изучении силы и слабости каждой шахматной фигуры, ее игровых возможностей.

Аннотация
к программе «Музыкально-ритмическая гимнастика»

Актуальной проблемой на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Физическая культура важна для детей всех возрастов, она жизненно необходима. Дошкольный возраст наиболее благоприятен для формирования у детей практически всех физических качеств и координационных способностей, реализуемых в двигательной активности. Это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. В этот период ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Отличительные особенности программы. Отличительной особенностью программы «Музыкально-ритмическая гимнастика» является развитие у детей всевозможных телодвижений (из области гимнастики, хореографии, пантомимы, ритмики и пр.), сопровождаемых музыкой, доступных детям дошкольного возраста.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучающихся 5-7 лет.

Цель программы – приобщение к занятиям физической культурой средствами музыкально-ритмической гимнастики.

воспитательные:

- формировать познавательный интерес; положительное отношение к обучению в школе;
- формировать умение эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т.д.).
- воспитывать патриотические чувства, чувство гордости за свою страну, ее достижения;
- формировать умение соблюдать элементарные общепринятые нормы; проявлять уважение к старшим и заботу о младших;
- воспитывать ценность здорового образа жизни.

развивающие:

- способствовать развитию психических процессов (память, мышление, внимание);
- способствовать овладению средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- способствовать формированию умения управлять своим поведением, планировать свои действия, решать предложенные задачи, адекватные возрасту;
- формировать умение адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, выражать свои мысли; проявлять волевые усилия для достижения поставленной цели; устанавливать причинно-следственные связи;
- формировать приемы умственной деятельности (анализ и синтез, сравнение, обобщение, классификация, моделирование);
- формировать умение понимать учебную задачу и выполнять ее самостоятельно;
- формировать умение самостоятельно формулировать учебную задачу, пользуясь условными обозначениями;
- формировать навык самоконтроля и самооценки выполненной работы.

обучающие:

- формировать представление о строении тела;
- обучить технике выполнения строевых упражнений, общеразвивающих упражнений с предметами и без;
- обучить технике выполнения комплексов музыкально-ритмической гимнастики,
- обучить технике выполнения акробатических упражнений;
- формировать двигательные навыки, правильную осанку;
- формировать представление о художественной гимнастике;

- формирование умения импровизировать под знакомую, незнакомую музыку;

- формировать точность движения, координацию рук и ног при выполнении упражнений тела;

- формировать способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом;

- формировать умения передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции;

- формирование умения выполнять упражнения с предметами, упражнения с мячом, упражнения со скакалкой.

Формы организации образовательного процесса. Форма организации занятия – групповая, работа по подгруппам, индивидуальная, формы проведения занятия – беседа, комбинированное занятие, игровое занятие, контрольное занятие, соревнования.