

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 386
Кировского района Санкт-Петербурга
Отделение Дополнительного Образования детей «Альтернатива»

**Аннотации к
дополнительным общеобразовательным общеразвивающим
программам физкультурно – спортивной направленности:**

«Здоровое поколение» - 7-11 лет, 2 года обучения

«Городки» - 12-14 лет, 1 год обучения

«Футбол» - 14-17 лет, 1 год обучения

«Баскетбол» - 14-17 лет, 1 год обучения

2017-2018 учебный год

Аннотация к программе «Здоровое поколение»

Направленность программы: физкультурно – спортивная.

Объем и сроки реализации программы:

Данная программа рассчитана на общекультурный уровень освоения и включает в себя 2 года обучения с количеством часов – 216 часов.

Отличительные особенности:

При составлении программы «Здоровое поколение» за основу была взята программа Л.А. Колтуновой «Здоровое поколение» и программа Основного школьного образования по Физической Культуре под редакцией Лях. Так же был учтен опыт ГБОУ СОШ №386 по спортивно-оздоровительной работе. Настоящая программа не дублирует ни одну из вышеперечисленных программ. Отличительная особенность данной программы состоит в осуществлении постоянного психологического сопровождения, особый акцент на детей, требующих педагогического внимания на основе психологических диагностик и данных социального педагога.

Адресат программы:

В объединение принимаются как мальчики, так и девочки в возрасте 7- 11 лет, из числа учащихся ГБОУ СОШ № 386, имеющих интерес к Физической культуре, спорту, здоровому образу жизни. Также, дети не занимающиеся в спортивных секциях, спортшколах, но имеющие высокую мотивацию к данной предметной области. Заниматься по данной программе могут не только имеющие высокую физическую подготовку, но и дети с низким уровнем физического развития, при отсутствии медицинских противопоказаний.

Цели и задачи программы .

Цель: Создание условий для формирования у детей и подростков мотивации здорового образа жизни, путем вовлечения в спортивную деятельность, развитие двигательной активности, всесторонних физических качеств через подвижные и подводящие игры.

Задачи:

1. Обучающие:

- Обучение двигательным навыкам
- Обучение подводящим играм к игровым видам спорта: мини баскетболу, «пионерболу» «футболу»

2. Развивающие:

- Развитие общих и специфических координационных способностей и качеств.
- Укрепление физического здоровья;
- Совершенствование психофизических функций, анализаторов движений, связанных с управлением двигательных действий.

3. Воспитательные:

- Воспитание сознательной дисциплины, чувства дружбы, товарищества, коллективизма, воли к Победе;
- Воспитание спортивной этики, взаимопомощи, уважение к товарищам;
- Воспитание ответственности, требовательности к себе и другим, умение преодолевать трудности, проявлять самообладание. Воспитание потребности здорового образа жизни.

Условия реализации программы:

В секцию набираются все желающие, как мальчики, так и девочки, в возрасте 7-11 лет, учащиеся школы, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, с основной группой здоровья. Группы формируются из числа допущенных по мед. показаниям детей в возрасте 7-11 лет. В процессе обучения допускается прием новых детей, в случае выбывания кого-либо из детей из секции, так же имеющих мед. допуск для занятий. В виду того, что в школе зал имеет размеры 9х18 м, а игровое поле еще меньше, а это значит, что размеры поля «не выдержаны», так же как и размеры 3-х секундной зоны, высота зала меньше стандартной. В подводящие, подвижные игры можно играть только 6х6, согласно санитарным нормам и технике безопасности, количество детей в группе 1 года обучения – 15 человек, 2 года обучения - 12 человек. Занятия с группами проводятся 3 раза в неделю по 1 часу или 2 раза в неделю по 2 часа, в зависимости от физической готовности детей.

Образовательный процесс организуется в соответствии с программой. 1 год обучения – 108 часов в год, 2 год обучения – 108 часов в год. В занятиях применяются следующие формы работы с детьми: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная.

Основой для перевода детей на другой год обучения служит выполнение нормативов, участие в соревнованиях, рост по результатам диагностики.

Материально-техническое оснащение программы: спортивный зал и спортивная площадка на улице оснащенные спец. оборудованием для проведения занятий и игр, спортивный инвентарь. (мячи б/б, в/б, футбольные, резиновые, набивные, скакалки, гимнастические скамейки, спортивное оборудование).

Планируемые результаты освоения программы:

1. Личностные:

Учащиеся приобретут ценностные знания о многообразии русских народных игр, спортивных игр, о значении физических упражнений и спортивных игр для развития и здоровья человека. У учащихся установится осознанное уважение и ценностное отношение к спорту, физкультуре, здоровью и здоровому образу жизни.

2. Предметные:

Освоив программу первого года обучения, ребенок будет знать:

- Правила техники безопасности на занятиях, правила поведения в спортивном зале и на занятиях по подвижным играм, правила использования спортивного оборудования и инвентаря
- Правила подвижных игр: «К своим флажкам», «У ребят порядок строгий», «Гуси – лебеди», «Совушка», «Два мороза», «Пятнашки», «Ловкие ребята», «Подбрось, поймай», «Мяч соседу», «Охотники и утки», «Передача мяча», «Перенос мяча», «Снайпер».

Ребенок будет уметь:

- Правильно выполнять все виды ходьбы, бега, прыжков и метания мяча, самостоятельно составлять и выполнять комплекс УГГ.
- Прыгать в длину с места, спрыгивать с высоты 40 см
- Правильно выполнять упражнения с мячом, бросать предметы в цель с разных позиций
- Правильно выполнять физические упражнения из разных исходных позиций
- Правильно выполнять гимнастические упражнения
- Играть в подвижные игры «К своим флажкам», «У ребят порядок строгий», «Гуси – лебеди», «Совушка», «Два мороза», «Пятнашки», «Ловкие ребята», «Подбрось, поймай», «Мяч соседу», «Охотники и утки», «Передача мяча», «Перенос мяча», «Снайпер».

Освоив программу второго года обучения ребенок будет знать:

- Правила игр без мяча, технику и тактику игр: «День и ночь», «Караси и щуки», «Волк во рву», «Третий лишний», «Салки без предмета», «Бездомный заяц», «Петушиная атака». «Кршун и наседка»;
- Правила игр с мячом, технику и тактику игр: «борьба за мяч», «Защита крепости», «Мяч капитану», «Мяч среднему», «Эстафеты с мячом, с ведением мяча, с броском в кольцо, с преодолением препятствий»;
- Правила игры «Мини баскетбол», «Пионербол»; «Футбол»
- Размеры площадки для подвижных игр, количество играющих, функции игроков;
- Технику передвижения, технику защиты, технику нападения.

Ребенок будет уметь:

- Выполнять правильно все виды ходьбы, бега, прыжков, выпрыгиваний;
- Выполнять правильно обще развивающие упражнения, специальные упражнения.
- Выполнять упражнения без предмета и с предметом;
- Выполнять технику передвижения;
- Выполнять технику защиты: индивидуальные действия: выход на свободное место с целью атаки; групповые действия: взаимодействие двух игроков, подстраховки; командные действия: переключение от действий в нападении к действиям в защите
- Правильно выполнять технику владения мячом: ловля и передача 2 руками на уровне груди низколетящего и высоколетящего мяча, передача двумя руками от груди, сверху, одной рукой от плеча, с отскоком от пол; броски мяча с места, 2 руками от груди, от головы; ведение мяча с высоким и низким отскоком;
- Правильно выполнять технику нападения: стойку нападающего, перемещение без мяча, бег с изменением направления и скорости, передвижение приставными шагами, остановка шагом, прыжком, поворотом на месте, сочетание передвижений, остановок, поворотов выходов на передачи, подачу одной рукой от плеча на месте, ловля мяча одной и двумя руками, игра с «отскочившим» мячом от сетки.

3. Мета предметные: (регулятивные, коммуникативные, познавательные).

В результате выполнения, под руководством педагога, работы в парах, группах, командах, обучающиеся получают опыт коммуникативных действий в целях осуществления совместной деятельности: приобретение навыков сотрудничества и взаимопомощи, доброжелательного и уважительного общения со сверстниками и взрослыми. Умение взаимодействовать в команде, умение слушать и слышать учителя, товарища по команде. Осуществлять контроль и коррекцию действий партнера по команде, правильно и доступно выражать свои мысли. Учащиеся научатся правильно формулировать проблему и находить способы ее решения. Осуществлять контроль, самоконтроль и давать оценку результатам своей деятельности.

Аннотация к программе «Городки»

Направленность программы: физкультурно – спортивная.

Объем и сроки реализации программы:

Данная программа рассчитана на общекультурный уровень освоения и включает в себя 1 год обучения с количеством часов – 72 часа в год.

Отличительные особенности:

При составлении программы « Городки » за основу была взята дополнительная общеобразовательная программа « Городошный спорт» разработанная тренером-преподавателем Ю.Г. Матасовым и программа Основного школьного образования по Физической Культуре под редакцией Лях. Так же был учтен опыт ГБОУ СОШ №386 по спортивно- оздоровительной работе. Настоящая программа не дублирует ни одну из вышеперечисленных программ. Отличительная особенность данной программы состоит в осуществлении постоянного психологического сопровождения, особый акцент на детей, требующих педагогического внимания на основе психологических диагностик и данных социального педагога. Создание доброжелательного психологического климата в секции с помощью психологических тренингов, игр, учета индивидуальных особенностей каждого обучающегося, гибкой структуры занятий. Контроль и оценка комфортности и удовлетворенности пребывания ребенка на занятии. Также в программе применяются и используются разнообразные технологии, формы и методы проведения занятий, направленные не только на формирование, но и развитие всесторонних физических, психологических качеств ребенка, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни,

Адресат программы:

В объединение принимаются как мальчики, так и девочки в возрасте 12-14 лет, из числа учащихся ГБОУ СОШ № 386, имеющих интерес к спортивной народной игре «Городки», физической культуре, спорту, здоровому образу жизни. Также, дети, не занимающиеся в спортивных секциях, спортивных школах, но имеющие высокую мотивацию к данной предметной области. Заниматься по данной программе могут не только имеющие высокую физическую подготовку, но и дети с низким уровнем физического развития, при отсутствии медицинских.

Цели и задачи программы.

Цель: формирование у детей мотивации к здоровому образу жизни, путем вовлечения в спортивную деятельность, развитие двигательной активности, всесторонних физических и психологических качеств через Городошный спорт. А также популяризация Городошного спорта среди детей и подростков.

Задачи:

1. Образовательные:

- Формировать систему знаний, умений и навыков по дисциплине « Городошный спорт».

2. Воспитательные:

- Стимулировать развитие волевых и нравственных качеств определяющих формирование личности ребенка, дисциплины, чувства дружбы, коллективизма,

- Воспитание спортивной этики, воли к победе, ответственности.

3. Развивающие:

- Способствовать развитию физических и психологических способностей детей посредством занятий городошным спортом.

4. Оздоровительные:

- Содействовать укреплению здоровья.

- Формировать ценностное отношение к здоровому образу жизни.

Условия реализации программы:

В секцию набираются все желающие, как мальчики, так и девочки, в возрасте 12-14 лет, учащиеся школы, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, с основной группой здоровья.

Группы формируются из числа допущенных по мед. показаниям детей в возрасте 12 -14 лет. В процессе обучения допускается прием новых детей, в случае выбывания кого-либо из детей из секции, так же имеющих мед. допуск для занятий. Количество детей в группе 1 года обучения – 15 человек. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу или 1 раз в неделю по 2 часа, в зависимости от физической готовности детей.

Образовательный процесс организуется в соответствии с программой. 1 год обучения – 72 часа. В занятиях применяются следующие формы работы с детьми: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная.

Материально-техническое оснащение программы: спортивный зал оснащенный спец. оборудованием для проведения занятий,(разметка, городки, биты.) спортивный инвентарь (мячи б/б, в/б, футбольные, резиновые, набивные, скакалки, гимнастические скамейки, спортивное оборудование).

Планируемые результаты освоения программы:

1. Личностные:

Учащиеся приобретут ценностные знания о игре « Городки», о значении физических упражнений для развития и здоровья человека. У учащихся установится осознанное уважение и ценностное отношение к спорту, физкультуре, здоровью и здоровому образу жизни.

2. Предметные:

Освоив программу, ребенок будет знать:

- Правила техники безопасности в спортивном зале и при игре в «Городки», правила использования спортивного оборудования и инвентаря

- Правила игры « Городки», Технику выполнения движений, названия городков,

Ребенок будет уметь:

- Правильно выстраивать фигуры городков, технично выполнять удары битой по городкам, Применять ФУ для развития физических качеств, поддержания здорового образа жизни.

3. Мета предметные: (регулятивные, коммуникативные, познавательные).

В результате выполнения, под руководством педагога, работы в парах, группах, командах, обучающиеся получают опыт коммуникативных действий в целях осуществления совместной деятельности: приобретение навыков сотрудничества и взаимопомощи, доброжелательного и уважительного общения со сверстниками и взрослыми. Умение взаимодействовать в команде, умение слушать и слышать учителя, товарища по команде. Осуществлять контроль и коррекцию действий партнера по команде, правильно и доступно выражать свои мысли. Учащиеся научатся правильно формулировать проблему и находить способы ее решения. Осуществлять контроль, самоконтроль и давать оценку результатам своей деятельности.

Аннотация к программе «Футбол»

Направленность программы: физкультурно – спортивная.

Объем и сроки реализации программы:

Данная программа рассчитана на общекультурный уровень освоения и включает в себя 1 год обучения с количеством часов – 72 часа в год.

Адресат программы:

В объединение принимаются как мальчики, так и девочки в возрасте 14-17 лет, из числа учащихся ГБОУ СОШ № 386, имеющих интерес к игре «Футбол», физической культуре, спорту, здоровому образу жизни. Также, дети, не занимающиеся в спортивных секциях, спортивных школах, но имеющие высокую мотивацию к данной предметной области. Заниматься по данной программе могут не только имеющие высокую физическую подготовку, но и дети с низким уровнем физического развития, при отсутствии медицинских.

Цель программы - обеспечить всестороннюю физическую подготовку ребёнка, отбор спортивно одарённых детей для подготовки футболистов высокого класса, привитие ценностей здорового образа жизни.

Задачи программы:

Создание условий для развития личности ребёнка;

Развитие мотивации юного футболиста к познанию и творчеству;

Обеспечение эмоционального благополучия ребёнка и подростка;

Приобщение обучающихся к достижениям мировой культуры, российским традициям, национальным особенностям региона;

Укрепление психического и физического здоровья;

Создание условий для профессионального самоопределения и творческой самореализации спортсмена;

Методы организации и проведения образовательного процесса:

Словесные методы: Описание, Объяснение, Рассказ, Разбор, Указание, Команды и распоряжения, Подсчёт

Наглядные методы:

Показ упражнений и техники футбольных приёмов, Использование учебных наглядных пособий, Видеофильмы, DVD, слайды, Жестикуляции

Практические методы:

Метод упражнений, Метод разучивания по частям, Метод разучивания в целом, Соревновательный метод, Игровой метод, Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Основные средства обучения:

Упражнения для изучения техники, тактики футбола и совершенствование в ней

Общефизические упражнения

Специальные физические упражнения

Игровая практика.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

Тестирование

Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки

Соревнования.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе многолетней тренировки.

Условия реализации программы:

В секцию набираются все желающие, как мальчики, так и девочки, в возрасте 14-17 лет, учащиеся школы, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, с основной группой здоровья.

Группы формируются из числа допущенных по мед. показаниям детей в возрасте 14-17 лет. В процессе обучения допускается прием новых детей, в случае выбывания кого-либо из детей из секции, так же имеющих мед. допуск для занятий. Количество детей в группе 1 года обучения – 15 человек. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу или 1 раз в неделю по 2 часа, в зависимости от физической готовности детей.

Образовательный процесс организуется в соответствии с программой. 1 год обучения – 72 часа. В занятиях применяются следующие формы работы с детьми: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная.

Материально-техническое оснащение программы: спортивный зал оснащенный спец. оборудованием для проведения занятий, спортивный инвентарь (мячи б/б, в/б, футбольные, резиновые, набивные, скакалки, гимнастические скамейки, спортивное оборудование).

Планируемые результаты освоения программы:

1. Личностные:

Учащиеся приобретут ценностные знания о игре « Футбол», о значении физических упражнений для развития и здоровья человека. У учащихся установится осознанное уважение и ценностное отношение к спорту, физкультуре, здоровью и здоровому образу жизни.

2. Предметные:

Освоив программу, ребенок будет знать:

- Правила техники безопасности в спортивном зале и при игре в «Футбол», правила использования спортивного оборудования и инвентаря
- Правила игры « Футбол», Технику выполнения движений.

Ребенок будет уметь:

- Применять ФУ для развития физических качеств, поддержания здорового образа жизни.
- #### 3. Мета предметные: (регулятивные, коммуникативные, познавательные).

В результате выполнения, под руководством педагога, работы в парах, группах, командах, обучающиеся получают опыт коммуникативных действий в целях осуществления совместной деятельности: приобретение навыков сотрудничества и взаимопомощи, доброжелательного и уважительного общения со сверстниками и взрослыми. Умение взаимодействовать в команде, умение слушать и слышать учителя, товарища по команде. Осуществлять контроль и коррекцию действий партнера по команде, правильно и доступно выражать свои мысли. Учащиеся научатся правильно формулировать проблему и находить способы ее решения. Осуществлять контроль, самоконтроль и давать оценку результатам своей деятельности.

Аннотация к программе «Баскетбол»

Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений. Применяется в общеобразовательных учреждениях, где используется программа В.И. Ляха, А.А. Зданевича, вариативная часть баскетбол.

Направленность программы: физкультурно – спортивная.

Объем и сроки реализации программы:

Данная программа рассчитана на общекультурный уровень освоения и включает в себя 1 год обучения с количеством часов – 72 часа в год.

Адресат программы:

В объединение принимаются как мальчики, так и девочки в возрасте 14-17 лет, из числа учащихся ГБОУ СОШ № 386, имеющих интерес к игре «Баскетбол», физической культуре, спорту, здоровому образу жизни. Также, дети, не занимающиеся в спортивных секциях, спортивных школах, но имеющие высокую мотивацию к данной предметной области. Заниматься по данной программе могут не только имеющие высокую физическую подготовку, но и дети с низким уровнем физического развития, при отсутствии медицинских.

Цели и задачи

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Цель программы – углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Основными задачами программы являются:

- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- Привитие ученикам организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки;
- Подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу;

Методы организации и проведения образовательного процесса:

- Словесные методы: Описание, Объяснение, Рассказ, Разбор, Указание, Команды и распоряжения, Подсчёт
- Наглядные методы:
- Показ упражнений и техники футбольных приёмов, Использование учебных наглядных пособий, Видеofilьмы, DVD, слайды, Жестикуляции
- Практические методы:
- Метод упражнений, Метод разучивания по частям, Метод разучивания в целом, Соревновательный метод, Игровой метод, Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Основные средства обучения:

- Упражнения для изучения техники, тактики футбола и совершенствование в ней
- Общефизические упражнения
- Специальные физические упражнения
- Игровая практика.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- Тестирование
- Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
- Соревнования.
- В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе многолетней тренировки.

Условия реализации программы:

- В секцию набираются все желающие, как мальчики, так и девочки, в возрасте 14-17 лет, учащиеся школы, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, с основной группой здоровья.
- Группы формируются из числа допущенных по мед. показаниям детей в возрасте 14-17 лет. В процессе обучения допускается прием новых детей, в случае выбывания кого-либо из детей из секции, так же имеющих мед. допуск для занятий. Количество детей в группе 1 года обучения – 15 человек. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу или 1 раз в неделю по 2 часа, в зависимости от физической готовности детей.
- Образовательный процесс организуется в соответствии с программой. 1 год обучения – 72 часа. В занятиях применяются следующие формы работы с детьми: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная.
- Материально-техническое оснащение программы: спортивный зал оснащенный спец. оборудованием для проведения занятий, спортивный инвентарь (мячи б/б, в/б, футбольные, резиновые, набивные, скакалки, гимнастические скамейки, спортивное оборудование).

• Планируемые результаты освоения программы:

1. Личностные:

- Учащиеся приобретут ценностные знания о игре « Баскетбол», о значении физических упражнений для развития и здоровья человека. У учащихся установится осознанное уважение и ценностное отношение к спорту, физкультуре, здоровью и здоровому образу жизни.

2. Предметные:

- Освоив программу, ребенок будет знать:

- • Правила техники безопасности в спортивном зале и при игре в «Баскетбол», правила использования спортивного оборудования и инвентаря

- • Правила игры «Баскетбол», Технику выполнения движений.

- Ребенок будет уметь:

- • Применять ФУ для развития физических качеств, поддержания здорового образа жизни.

3. Мета предметные: (регулятивные, коммуникативные, познавательные).

- В результате выполнения, под руководством педагога, работы в парах, группах, командах, обучающиеся получают опыт коммуникативных действий в целях осуществления совместной деятельности: приобретение навыков сотрудничества и взаимопомощи, доброжелательного и уважительного общения со сверстниками и взрослыми. Умение взаимодействовать в команде, умение слушать и слышать учителя, товарища по команде. Осуществлять контроль и коррекцию действий партнера по команде, правильно и доступно выражать свои мысли. Учащиеся научатся правильно формулировать проблему и находить способы ее решения. Осуществлять контроль, самоконтроль и давать оценку результатам своей деятельности.