Аннотация к рабочей программе курса
внеурочной деятельности «Спортивные игры»
для обучающихся 1-4 классов

Рабочая программа «Спортивные игры» предназначена для учащихся начальных классов и предполагает, что при переходе из одного класса в другой, объем и уровень знаний будет дополняться новыми спортивными играми.

Программа направлена на:

• Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.

• Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.

• Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.

• Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Новизна программы заключается в том, что она, в отличие от других подобных программ, предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр с первого года обучения. В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранных подвижных и спортивных игр, эстафет.

Актуальность и педагогическая целесообразность: стратегия тренировочных нагрузок при многолетней подготовке учащихся предполагает определённое соотношение средств общей и специальной физической подготовки. Данные многих научных исследований свидетельствуют о том, что путь замены средств общей физической подготовки специальными упражнениями не является достаточно эффективным. Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой. При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные нагрузки для их повышения. При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки. В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию. Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов. Целью программы является создание условий для достижения учащимися высоких спортивных результатов посредством педагогически целесообразного применения многоборной подготовки в учебно-тренировочном процессе.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

• укрепление здоровья учащихся, содействие их разносторонней физической подготовленности;

• укрепление опорно-двигательного аппарата;

• комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость

• развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.

• создать детям условия для полноценной реализации их двигательных потребностей;

• формировать у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового образа жизни;

• развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;

• стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;

• развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;

• воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;

• формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.