

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе по курсу внеурочной деятельности
начального общего образования на 2023 - 2024 учебный год
«Юный спортсмен»

Рабочая программа внеурочной деятельности «Юный спортсмен» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования ина основе примерной программы по физической культуре для обучающихся 1-4 классов / В.И.Лях. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы : пособие для учителей общеобразовательных учреждений/ В. И. Лях.- М.: Просвещение, 2011.-64с.-ISBN 978-5-09-019539-3.

Занятия в секции общефизической подготовки являются хорошей школой физической культуры и проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической культуре, приобретения навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой; формирования моральных и волевых качеств, активной общественной деятельности. Заниматься в секции может каждый школьник (мальчики и девочки), прошедшие медицинский осмотр и допущенные к занятиям на уроках физической культуре.

Цель программы: содействие гармоничному, физическому развитию, всесторонней физической подготовке, потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Основные задачи программы:

- 1.Укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию; Развитие двигательных (координационных) способностей.
- 2.Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
- 3.Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
- 4.Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

При составлении плана учебно-тренировочных занятий необходимо учитывать, что программа составлена из отдельных самостоятельных разделов двигательной деятельности, отличной друг от друга по характеру и объему. В связи с этим при планировании занятий необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся. Поэтому руководитель должен изучить своих будущих воспитанников. Руководитель секции должен систематически оценивать реакцию учащихся на предлагаемую нагрузку, следить за самочувствием учащихся, вовремя замечать признаки утомления и предупреждать перенапряжение, а также обязан сформировать у учащихся необходимые умения и навыки по отношению к спортивной одежде, обуви, по

технике безопасности и самоконтролю за состоянием здоровья. При подборе средств и методов практических занятий руководитель секции должен иметь в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные занятия, в содержание которых включаются упражнения из разных видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, подвижные игры и т.д.). Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия. Данный курс рассчитан на учащихся начального звена 7-9 лет. На реализацию программы отводится в 1 классе 33 часа, во 2 классе- 34 часа, 3-4 классе 34 часа в год (один час в неделю) с учетом климатических условий и материально технического обеспечения спортивным инвентарем образовательной организации.

Содержание программы представлено следующими разделами:

- пояснительная записка;
- результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- содержание курса внеурочной деятельности;
- тематическое планирование;
- информационно-методическое обеспечение.