

Паспорт программы

Название программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Движение – это жизнь»
Составитель программы	Ковалев А.И., педагог дополнительного образования
Тип программы	Модифицированная
Руководитель объединения	Ковалев Анатолий Иванович
Направленность образовательной деятельности	Физкультурно-спортивная
Количество часов в неделю/ год	6/216
Возрастная категория детей	Средний возраст
Цель	Создание условий для всестороннего физического развития обучающихся, совершенствования необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств и приобщение к здоровому образу жизни.
Задачи	<p>Обучающие:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) укрепить здоровье, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому развитию, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды; 2) овладеть основами разнообразных жизненно важных движений; 3) развивать координационные (точные воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей; <p>Развивающие:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) формировать элементарные знания о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья; работоспособность и развитие двигательных способностей;

	<p>2) выработать представление об основных видах спорта, о применяемых в них снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;</p> <p>3) приобщить к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;</p> <p>Воспитательные:</p> <p>1) воспитание ценных личностных качеств: трудолюбия, порядочности, ответственности, патриотизма;</p> <p>2) воспитание у обучающегося потребность в физическом развитии;</p> <p>3) воспитание дисциплинированность, доброжелательность отношений к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений; содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности. Средства физического воспитания. Наиболее полезными и эффективными средствами.</p>
<p>Материальное обеспечение</p>	<ul style="list-style-type: none"> • оснащение спортивного зала; • учебно-методическая литература; • наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки, с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии; • спортивный инвентарь (мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, мячи, кубики, кегли).