

Аннотации
к рабочим программам по школьному спортивному клубу «Лидер»

Секция	Аннотация к программе
«Волейбол»	<p>Рабочая программа спортивного клуба по волейболу для учащихся 5-11 классов.</p> <p>Разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И.Ляха, А.А. Зданевича (М., Просвещение, 2012).</p> <p>Волейбол - спортивная командная игра, где каждый игрок действует с учетом действий своего партнера.</p> <p>В волейбольной секции могут заниматься дети в возрасте от 9 до 18 лет</p> <p>Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, участие в соревнованиях.</p> <p>Задачи секции заключаются в содействии физическому развитию детей и подростков, воспитанию гармонично развитых и физически стойких людей.</p> <p>Непосредственными условиями выполнения этих задач является многолетняя, целенаправленная подготовка учащихся: привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Основой подготовки в секции волейболом является универсальность в овладении технико-тактическими приемами игры.</p> <p>Рабочая программа ориентирована на 2 часа в неделю</p> <p>Для прохождения программы в учебном процессе использованы следующие учебники:</p> <p>Виленский М.Я. Физическая культура 5-7 классы; учебник для общеобразовательных учреждений/ М.Я. Виленский, Т.Ю. Торочкова, И.М. Туревский; под общей редакцией М.Я Виленского- М., Просвещение, 2012.</p> <p>Лях В.И. Физическая культура 8-9 классы; учебник для общеобразовательных учреждений/ В. И. Лях, А.А. Зданевич; под общей редакцией В.И. Ляха – М.. Просвещение, 2012</p> <p>В программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича программный материал делится на 2 части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка не заменяется кроссовой подготовкой).</p> <p>Программа секции «волейбол» адресована: детям – подросткам, обучающимся в 5-11м классе.</p> <p>Количество обучаемых в секции 10-15 человек. В состав секции включены учащиеся 5-11 классов муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средней общеобразовательной школы № 276»</p>

<p>«Баскетбол»</p>	<p>Рабочая программа по внеурочной деятельности «Баскетбол» направлена на формирование у учащихся знаний о баскетболе, расширение арсенала двигательных умений и навыков, приобщение их к регулярным тренировкам.</p> <p>Актуальность, педагогическая целесообразность программы: Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками.</p> <p>В рабочей программе по внеурочной деятельности «Баскетбол» представлены:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планируемые результаты освоения курса по внеурочной деятельности (личностные, метапредметные результаты). • Содержание курса внеурочной деятельности. • Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы. <p>На изучение курса внеурочной деятельности «Баскетбол» в основной школе выделяется 34 часа.</p> <p>Срок реализации программы 1 год.</p> <p>Направленность реализации личности по ФГОС - физкультурно-спортивная.</p> <p>Адресат программы: Данная программа предназначена для обучающихся 13-15 лет, Требования к учащимся, поступающим на программу: Основная группа здоровья, противопоказания к занятиям. Уровень программы – Общеразвивающий. Количество человек в группе – 15 детей.</p> <p>Форма реализации программы: очная.</p> <p>Срок освоения программы: 1 год. Объем программы: 34 часа.</p> <p>Форма организации занятий: групповая.</p> <p>Режим занятий: комбинированный.</p> <p>Виды учебных занятий и работ: коллективно-групповые занятия по типу классно-урочных.</p>
<p>«ГТО»</p>	<p>Рабочая программа к курсу «ГТО» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта НОО, ООО и СОО, на основе программы по физической культуре для образовательных организаций. 5-9 классы (Автор В.И. Лях «Физическая культура») – М.: Просвещение, 2019.</p> <p>Одной из приоритетных задач современного общества специалисты всегда называли и называют</p>

	<p>задачу воспитания здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни, способного защитить себя и своих близких в любой жизненной ситуации. В последнее время этот вопрос всё чаще встает на повестке дня, особенно это касается молодого поколения.</p> <p>В связи с этим, Министерство спорта России подписало приказ №575 от 08 июля 2014 г. о государственных требованиях к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях является актуальным и принципиальным. Целью вводимого комплекса является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывался ранее, и будет закладываться сейчас фундамент для будущих достижений страны в спорте и обороне. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания молодежи.</p> <p>Рабочая программа внеурочной деятельности «ГТО» призвана оказать помощь в подготовке учащихся к выполнению норм ВФСК «ГТО», положительно мотивировать к увеличению двигательной активности через участие в предлагаемых внеурочных занятиях.</p> <p>Подготовка и непосредственно выполнение тестов ГТО позволит более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс или регресс), понимать его причины.</p> <p>Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом, для укрепления здоровья населения России.</p> <p>Внеурочная деятельность, осуществляемая в рамках «ГТО», организуется в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по спортивно-оздоровительному направлению развития личности.</p> <p>Описание места учебного предмета в учебном плане</p> <p>В соответствии с планом дополнительного образования, основной образовательной программой основного общего образования и среднего общего образования на изучение программы «ГТО» в 5-11 классах отводится 2 часа в неделю, 68 часов в год. Количество человек в группе – 15 детей.</p>
<p>«Лыжные гонки»</p>	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Лыжные гонки» реализуется в рамках спортивного клуба «Лидер».</p> <p>Направленность программы: физкультурно-спортивная.</p> <p>Правила вида спорта лыжные гонки. Лыжный спорт является одним из наиболее популярных и массовых в нашей стране. Это объясняется его большим прикладным значением. Занятия лыжным спортом имеют большое воспитательное значение: у подростков развиваются такие качества, как воля, смелость,</p>

ловкость, выносливость, сила и быстрота, выдержка и настойчивость. Занятия лыжным спортом компенсируют недостаточную двигательную активность современных подростков, в результате происходит предотвращение многих заболеваний, совершенствуются функциональные возможности организма, повышается работоспособность. Принести полное удовлетворение занятия лыжным спортом могут только тогда, когда лыжник в полной мере владеет техникой ходьбы на лыжах, техникой спуска с гор, поворотов. Наиболее быстро и хорошо осваивают технические приемы дети и подростки. Правильные и рациональные движения сохраняются впоследствии на всю жизнь. Продуманная и хорошо организованная учебно-тренировочная работа способствует успешной подготовке юных спортсменов лыжников. Преимущественная направленность тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки определяется с учетом сенситивных (чувствительных) периодов развития физических качеств. Вместе с тем необходимо уделять внимание воспитанию тех физических качеств, которые в данном возрасте активно не развиваются. Особенно важно соблюдать соразмерность в развитии общей выносливости, скоростных способностей и силы, т. е. тех качеств, в основе которых лежат разные физиологические механизмы.

Возраст обучающихся: 12-15 лет.

Спортивно-оздоровительные группы комплектуются как из вновь зачисляемых обучающихся, желающих заниматься избранным видом спорта и не имеющих медицинских противопоказаний, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжить обучение по дополнительной предпрофессиональной программе, но желающих заниматься избранным видом спорта. Группа формируется в количестве 15 человек.

Объем и срок освоения программы: Срок выполнения программы 1 год, 34 часа, 1 занятие в неделю.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются теоретические и групповые практические занятия, календарные соревнования, учебно-тренировочные занятия спортивно-оздоровительном лагере, занятия по подготовке и выполнению контрольных нормативов, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.