

Аннотации к программам школьного спортивного клуба «Чемпион»

Школьный спортивный клуб «Чемпион» (далее по тексту - ШСК) МОУ «СОШ №16», является добровольным, самоуправляемым, некоммерческим формированием, созданным на основе общности интересов для реализации общих целей и задач.

Целью организации ШСК является оздоровление учащихся через организацию внеурочной деятельности, повышение уровня физического и духовного развития, образованности подрастающего поколения, приобщение детей к здоровому образу жизни, снижение уровня заболеваемости.

Задачами ШСК является:

- создание условий для привлечения учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, общефизической подготовке;
- закрепление и совершенствование умений и навыков, полученных учащимися на уроках физической культуры;
- воспитание у учащихся общественной активности;
- профилактика асоциальных явлений;
- выработка потребности к здоровому образу жизни;
- проведение внутришкольных соревнований;
- подготовка к участию команд школы в спортивных соревнованиях различного уровня.
- участие в спортивных соревнованиях различного уровня среди образовательных организаций;
- развитие волонтерского движения по пропаганде здорового образа жизни;
- оказание содействия учащимся школы в создании необходимых условий для эффективной организации образовательного и тренировочного процессов;
- проведение физкультурно-спортивных мероприятий, праздников и

турниров;

- привлечение к спортивно-массовой работе родителей обучающихся.

ШСК «Чемпион» состоит из трех спортивных направлений:

1. Баскетбол;
2. Каратэ;
3. Патерная гимнастика.

Программа по **баскетболу** физкультурно-спортивного направления предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений.

Обучающиеся во время занятий изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, изучают тактическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, гибкости и координации движения; сдают соответствующие нормативы. Стремятся к овладению техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре. Обучаются основам индивидуальной, групповой и командной тактике игры в баскетбол. Осваивают процесс игры в соответствии с правилами баскетбола.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, занятия в секции обеспечивают организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Цели программы:

1. Приобщение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни;
2. Обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством игры в баскетбол;

3. Создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом;
4. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Цель обучения:

1. Целенаправленная подготовка учащихся;
привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
подготовка и выполнение программных требований по физической, технической, тактической, теоретической подготовке;
подготовка общественных физкультурных организаторов (инструкторов и судей) по баскетболу для школьных коллективов и активных помощников.
2. Овладение техникой и тактикой игры.

Задачи обучения:

1. Укрепление здоровья содействие правильному разностороннему физическому развитию.
2. Укрепление спортивно- двигательного аппарата.
3. Развитие скоростной выносливости, спортивно-силовых качеств силы.
4. Обучение основам техники перемещений и стоек, передачи и ловля мяча броски мяча, ведение мяча.
5. Начальное обучение простейшим тактическим и техническим действиям в нападении и защите.
6. Привитие спортивного интереса к соревнованиям.
7. Подготовка к выполнению к сдаче нормативных требований по видам подготовки.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа физкультурно-спортивной направленности «Обучение каратэ-до» разработана с учетом сохранения уникальности, самооценки ребенка дошкольного возраста и развитие естественных возрастных приоритетов этого периода детства. С точки зрения оздоровления организма, каратэ-до является

прекрасным средством укрепления физического и психического здоровья.

Также с помощью занятий можно исправить недостатки координации у ребенка и скорректировать дефекты развития его опорно-двигательного аппарата, используя для этого специальные упражнения.

Занятия каратэ воспитывают морально-волевые качества ребенка и влияют на формирование его характера - он становится более уверенным в себе, учится сдержанности, самоконтролю, целеустремленности. Ребенок поймет, что уважения окружающих можно добиться только трудом и адекватным поведением.

В ходе изучения каратэ необходимо опираться на итоговый, ожидаемый результат. Под результатом подразумевается, в первую очередь, владение базовой техникой, повышение психической устойчивости, коррекция поведения дошкольников.

Программа рассчитана на детей от 6 до 15 лет.

Модуль **«Партерная гимнастика»** направлен на развитие двигательной культуры: формирование правильной осанки, выворотности ног, гибкости, мышечной силы, выносливости, пластики, воображения и умения воплощать музыкально-двигательный образ. Формирование у учащихся первоначальных необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни и применение полученных знаний в повседневной жизни. В образовательном процессе применяются здоровьесберегающие, личностно-ориентированные технологии с дифференцированным подходом.

Обучение по модулю направлено на развитие природных физических способностей учащихся.