

АННОТАЦИЯ

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «АЗБУКА ГТО»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Азбука ГТО» разработана с учётом интересов конкретной целевой аудитории, воспитанников дошкольных учреждений, возраст 5-7 лет, уровень освоения материала – стартовый (ознакомительный).

Программа направлена на формирование потребности к занятиям физкультурой и спортом детей дошкольного возраста, привлечение их к занятиям физкультурой, выполнению тестов ВФСК ГТО (для детей дошкольного возраста 6-7 лет) и сознательному применению предметно-физических упражнений (действий) в различных жизненных ситуациях.

Программа даёт возможность не только развивать физические резервы детей, но и воспитывает уверенность в себе, умение добиваться поставленной цели.

Данная программа предназначена для всех обучающихся, в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Цель программы: приобщение детей к культуре здорового образа жизни, создание условий для личностного и физического развития, с помощью внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в систему работы дошкольного учреждения.

Задачи:

Обучающие:

- получить знания о сохранении здоровья, режиме дня, закаливании; профилактике травматизма;
- обучить техническим и тактическим приёмам ОФП, спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики;
- обучить технике выполнения упражнений комплекса ГТО;

Развивающие:

- развить двигательную активность через интерес и желание вести здоровый образ жизни;
- формировать социально-коммуникативную грамотность на уровне дошкольного образования (усвоение моральных норм и ценностей);
- повысить сопротивляемость организма детей неблагоприятным влияниям внешней среды посредством физических упражнений;
- формировать социально-коммуникативную грамотность у дошкольников

Воспитательные

- воспитать привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности

Возраст обучающихся. Программа «Азбука ГТО» адресована обучающимся дошкольного возраста (5-7 лет). Набор в группы осуществляется на добровольной основе, то есть принимаются все желающие заниматься в объединении и не имеющих медицинских противопоказаний.

Доступность реализации дополнительной программы: в программе предусмотрено участие образовательными потребностями: детей с ограниченными возможностями здоровья (отдельные категории обучающихся возможностями здоровья); детей талантливых (одарённых, мотивированных); детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Сроки реализации. Программа «Азбука ГТО» рассчитана на 1 год обучения, всего 126 часов в год.

Формы организации занятий: по группам, индивидуально или всем составом.

Форма обучения: очная, очно-дистанционная, с применением дистанционных

образовательных технологий и электронного обучения. Используются теоретические (лекции), практические, комбинированные. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: беседы, игры, конкурсы, соревнования, самостоятельная работа, электронное обучение (ЭО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) по приказу учреждения.

Режим занятий: занятия по программе «Азбука ГТО» проводятся 3-4 раза (3,5 часа в неделю). Исходя из санитарно-гигиенических норм продолжительность часа занятия (академического часа) для обучающихся дошкольного возраста (5-7 лет) – до 45 минут, время перерыва между занятиями от 5 до 10 минут.

Наполняемость учебных групп: составляет от 15 до 25 человек.

Режим обучения: занятия проводятся согласно утвержденного расписания образовательной организации.

Критерии и способы определения результативности при освоении дополнительной программы

Все модули содержат контрольно-измерительные материалы, которые выявляют качество спортивной подготовки и позволяют корректировать её в соответствии с полученными результатами.

В конце каждого модуля определяется степень усвоения ребёнком данного материала, путём проведения приёма нормативов, проведения соревнований, спортивных праздников с разнообразными спортивными играми и эстафетами.

Для определения готовности детей подготовительной группы к усвоению Программы два раза в год проводится мониторинг физической подготовки воспитанников (вводный и итоговый).

Предлагаемые детям двигательные тесты сравнительно просты, однако, учитывая возрастные особенности испытуемых, необходимо, чтобы дети заблаговременно освоили контрольные упражнения достаточно хорошо, чтобы при тестировании основное внимание было направлено на достижение результата.

Учитывая психологические особенности дошкольников, тестирование проводится в форме состязаний, в игровой форме.

На протяжении всего периода обучения используются продуктивные формы: проводятся спортивные соревнования, конкурсы, квесты - они повышают интерес к занятиям; проводятся систематически, с приглашением родителей (законных представителей).

Формы контроля качества образовательного процесса

1. Усвоение теоретических знаний (беседа); тестирование;
2. Устойчивость интереса к занятиям физической культурой (индивидуальная беседа, коллективная рефлексия);
3. Физическое развитие обучающихся (педагогическое наблюдение);
4. Соревнования, эстафеты, весёлые старты;
5. Результативное прохождение тестирования в рамках ВФСК ГТО. Присвоение знаков ГТО.

В результате освоения содержания программы учащиеся должны:

Знать - что такое ГТО; виды обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору комплекса ГТО; технику и правила выполнения видов испытаний (тестов) комплекса ГТО; правила безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями, подвижными играми, эстафетами и причины травматизма.

Уметь - соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями прикладной направленности, подвижными играми, эстафетами; правильно выполнять тестовые упражнения

комплекса ГТО; максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний (тестов) комплекса ГТО; самостоятельно заниматься физическими упражнениями, способствующими разностороннему физическому развитию.

Иметь навык - приобретенные знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг и для успешного выполнения нормативов по возрастной ступени комплекса ГТО на знак отличия в Центре тестирования по месту жительства.

Формы контроля: теоретический опрос - май, выполнение нормативов по ГТО - по графику Центра тестирования по месту жительства.

Итоги освоения дополнительной образовательной программы анализируются администрацией совместно с педагогами.

Критерии и показатели оценки эффективности программы.

- 1.Стабильный состав и интерес обучающихся к обучению и пропаганда занятий физической культурой и спортом.
- 2.Динамика прироста показателей уровня физической подготовленности.
- 3.Выполнение норм комплекса ГТО на знак отличия по возрастной ступени.