

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Новоперуновская средняя общеобразовательная школа»



**Программа
кружка «Олимпиец»**

Составитель:
Кузнецова А.Ю.

с. Новоперуново 2025

I. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Олимпиец» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций.

Спортивные игры позволяют развить ловкость, внимание, скорость, а так же в игре происходит формирование коммуникативных способностей, проецирование их на созданные имитационно условия существующего в реальном мире общения. Игра помогает ребёнку выстроить систему взаимоотношений, межличностного взаимодействия, проявить свои лидерские умения.

Цель: организация отдыха и оздоровления детей в летний период, создание условий для укрепления здоровья в рамках сотрудничества разновозрастного коллектива.

Задачи:

Образовательные:

- приобретение знаний о русских народных играх, развивающие физические способности, о традициях, истории и культуре русского народа;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности.

Развивающие:

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса, физической и умственной работоспособности.

Воспитывающие:

- формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
 - воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях игровой и соревновательной деятельности.

Адресат программы: Занятия кружка разработаны с учётом разновозрастного состава учащихся, соблюдая дифференцированный подход в соответствии и возможностями детей при выполнении упражнений общеразвивающего характера, игровых упражнений, подвижных игр. Дополнительная образовательная программа «Олимпиец» предназначена для детей 6,5-16 лет разновозрастных групп.

Срок реализации: Программа рассчитана на период работы пришкольного лагеря «Огонёк», 21 день (календарный).

Количество часов, режим и формы занятий:

Программа рассчитана на 4 часа. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю по системе «Карусель» среди шести групп учащихся. **Время занятий** – 30 минут.

Формы занятий: беседа, игра, соревнование, состязание. Занятия проходят в групповой форме.

Планируемые результаты:

- сформируются первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладеют умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, спортивные игры, подвижный образ жизни);
- усилят чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- продолжат развитие навыков сотрудничества в разновозрастных коллективах, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, принимать поражения;
- получат установки на безопасный, здоровый образ жизни.

В результате обучения ребята знакомятся со многими играми. Что позволяет воспитывать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с друзьями в свободное время, грамотно организовать свой досуг.

II. Тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Часы
1	Игры на развитие внимания: «А ну-ка, повтори!» «Светофор» «Угадай по голосу»	1
2	Игры на развитие быстроты: «Шарик в ладони» «День – ночь» «Третий лишний»	1

3	Игры с мячом «Стрелок» «Вышибалы» «Защита крепости»	1
4	Игры эстафеты «Мяч в кольцо» «Мяч капитану» «Тараканчики»	1

Требования безопасности перед началом занятий.

- приходить на занятие в спортивной форме и обуви;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, серьжки и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы режущие, колющие и другие посторонние предметы;
- по команде учителя встать в строй для общего построения;
- под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- под наблюдением учителя положить мячи в корзину, чтобы они не раскатывались и их легко можно было взять для выполнения упражнений;

Требования безопасности во время занятий.

При выполнении упражнений в движении учащийся должен:

- избегать столкновений с другими учащимися, «перемещаясь спиной» смотреть через плечо;
- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещении по залу, стадиону во время выполнения упражнений другими учащимися;
- по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на своё место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала, игровой площадки.