

# ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

## «Спорт-5,6,10»

### Пояснительная записка

Образовательная программа по «Спорт-5,6,10» проводится в ГБОУ СОШ с. Кошки с 22 марта по 28 марта 2021 г. (каникулярное время). В образовательной программе могут принять участие школьники 5,6, 10 классов.

Предмет «Физическая культура» представляет собой одну из немногих дисциплин учебного плана общеобразовательной школы, которые направлены не на изучение окружающего мира, а на познание собственной человеческой природы.

**Цель образовательной программы:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организация активного отдыха.

#### **Задачи образовательной программы:**

формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;

формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, их вариативное использование в учебной деятельности и в процессе самостоятельных занятий;

расширить двигательный опыт посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;

формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;

формировать позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом, достижение осознания красоты и эстетической ценности физической культуры обучающихся.

#### **Результаты образовательной программы.**

сформированность умений выполнять комплексы оздоровительных упражнений; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

сформированность умения взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и

сформированность умения проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий, контролировать и анализировать эффективность физических (кондиционных) и ведя дневник самонаблюдения.

### Расписание смены «Спорт-5,6,10»

Дата	время	Место проведения	мероприятие	тип	Ф.И.О.
22.03.	11.00-12.30	Зал №1	Мини-футбол	соревнования	Оренбуров А.Л.
22.03.	18.00-19.00	Зал №1	Баскетбол	соревнования	Богатов С.П.
23.03.	11.00-12.30	Зал №2	Пионербол	соревнования	Хусанов М.М.
25.03.	10.00-11.30	Зал №2	Волейбол	соревнования	Спиридонова Н.М.
26.03.	18.00-19.00	Зал №1	Баскетбол	соревнования	Богатов С.П.