

# АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеразвивающей программе

## «Спортивная гимнастика» (срок реализации программы 1 год)

Разработчик:  
Блошенко Н.Ф. - тренер-преподаватель

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Спортивная гимнастика» (далее – Программа) разработана на основе приказа МинПросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Новизна программы заключается в том, что она послужит одним из важнейших инструментов обновления спортивно-оздоровительной работы с детьми, приобщению их к здоровому образу жизни посредством занятий гимнастикой.

Программа педагогически целесообразна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

**Цель программы:** создание условий для развития физических способностей детей на основе обучения элементам гимнастики

**Задачи программы:**

*1) Образовательные:*

- Обучение основным акробатическим упражнениям;
- Совершенствование двигательной деятельности детей и формирование у них правильной осанки;
- Обучение основам техники гимнастических упражнений и формирование необходимых умений и навыков для дальнейшего совершенствования;
- Обучение теоретическим знаниям по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;
- Обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

*2) Воспитательные:*

- воспитание нравственных и волевых качеств личности учащихся: взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям гимнастикой в свободное время;
- формирование гигиенических навыков, навыков здорового образа жизни.

*3) Развивающие:*

- развитие технической и тактической подготовленности в гимнастике;
- - совершенствование навыков и умений игры;
- - содействие гармоничному физическому развитию.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на проведение занятий в группах смешанного состава в возрасте от 7 до 14 лет. К тренировочному процессу допускаются все желающие указанных выше возрастных категорий детей, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям гимнастикой, прошедших медицинский осмотр.

Учебный план рассчитан на 36 недель занятий, он подробно по темам описывает направления деятельности и подготовки, в период каникул реализуется план воспитательной работы тренеров-преподавателей.

Программа имеет следующую структуру: пояснительную записку, цель и задачи Программы, планируемые результаты, учебно-тематическое планирование, содержание учебного курса, формы аттестации, методические материалы, материально-техническое обеспечение, информационное обеспечение программы.

В программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию образовательного процесса и занятий гимнастикой.

## АННОТАЦИЯ

### к дополнительной общеразвивающей программе

#### «Хоккей»

(срок реализации программы 3 года)

Разработчик:

Головин Е.А. - тренер-преподаватель

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Хоккей» (далее – Программа) разработана на основе приказа МинПросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

**Новизна программы** состоит в том, что количество часов и сроки реализации отличаются от предпрофессиональных программ и условия работы обращены на массовость занятий хоккеем с шайбой, а не на спортивное мастерство.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в приобретении учащимися необходимого индивидуального уровня получаемых знаний, умений и навыков, в воспитании мотивации занятий спортом и физической культурой.

**Цель программы** Создание условий для развития физических, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий хоккеем с шайбой.

**Задачи программы.**

**Образовательные:**

- освоение знаний о хоккее, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по шайбе и остановок;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения шайбы;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения шайбой и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

**Развивающие:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

**Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на проведение занятий в группах смешанного состава в возрасте от 7 до 18 лет. К тренировочному процессу допускаются все желающие указанных выше возрастных категорий детей, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям хоккеем, прошедших медицинский осмотр.

Учебный план рассчитан на 36 недель занятий, он подробно по темам описывает направления деятельности и подготовки, в период каникул реализуется план воспитательной работы тренеров-преподавателей.

Программа имеет следующую структуру: пояснительную записку, цель и задачи Программы, планируемые результаты, учебно-тематическое планирование, содержание учебного курса, формы аттестации, методические материалы, материально-техническое обеспечение, информационное обеспечение программы.

Отличительной особенностью программы является подробное описание содержания учебного курса, методов и приемов обучения детей игры в хоккей.

## АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеразвивающей программе

«Плавание»

(срок реализации программы 3 года)

Разработчик:

Шаврина А.В. - тренер-преподаватель

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Хоккей» (далее – Программа) разработана на основе приказа МинПросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа ориентирована на применение широкого комплекса упражнений, которые способствуют формированию физически активной личности. Она реализует на практике принципы непрерывности и преемственности физического воспитания различных возрастных групп учащихся на всех этапах тренировочного процесса.

Результатом реализации программы должна стать положительная динамика в развитии физических, морально-волевых качеств личности обучающихся, развитие устойчивого интереса и сознательного отношения к занятиям плаванием, совершенствования своего мастерства, участие в соревнованиях.

**Общепедагогические принципы, на которых основывается программа**

**Системность** - занятия плаванием должны проводиться регулярно, в определенной системе, так как регулярные занятия дают больший эффект.

**Доступность** - физическая нагрузка на занятиях по плаванию должна быть доступна детям и соответствовать уровням подготовленности.

**Наглядность** - для успешного прохождения процесса совершенствования техники плавания, объяснение должно сопровождаться показом упражнений.

**Последовательность и постепенность** - во время изучения совершенствования техники плавания простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

**Цель Программы:** обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством обучения плаванию.

**Задачи Программы:**

**Обучающие:**

- обучить овладению детьми жизненно необходимым навыкам плавания;

- содействовать в приобретении обучающимися навыков техники основных стилей спортивного плавания (кроль на груди, на спине, брасс, батерфляй);
- обучить учащихся основным правилам безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- содействовать овладению необходимым минимумом теоретических знаний, умений и навыков по гигиене физических упражнений, режиму питания

***Развивающие:***

- развивать двигательную активность детей;
- способствовать развитию физической и умственной работоспособности, спортивной тренированности;
- развивать физические качества: выносливость, быстроту, скорость, силовые и координационные возможности, механизмы адаптации к интенсивным нагрузкам;

***Воспитательные:***

- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать самостоятельность и организованность;
- воспитывать привычку к регулярным тренировкам, закаливанию и ЗОЖ;
- воспитывать у учащихся потребность к систематическим занятиям физической культурой и спортом в целом и к плаванию в частности.

**Адресат Программы.** К занятиям в группах спортивно-оздоровительной направленности допускаются все лица, желающие заниматься плаванием независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение врача).

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Плавание»: 7-16 лет.

Программа имеет следующую структуру: пояснительную записку, цель и задачи Программы, планируемые результаты, учебно-тематическое планирование, содержание учебного курса, формы аттестации, методические материалы, материально-техническое обеспечение, информационное обеспечение программы.

**Основная** форма проведения занятий - практические занятия на воде.

Учебно-тематический план для групп спортивно-оздоровительной подготовки рассчитан на 108 недель, количество часов в неделю – 2, количество часов на 3 учебных года обучения – 216 и включает теоретическую, общую физическую, общую плавательную подготовку, закалывающие мероприятия, контрольные занятия, соревнования.