

Аннотации к программам ОДОД

Физкультурно-спортивное направление

Дополнительная общеобразовательная программа «Меткий мяч (Мини-футбол)»

Актуальность спортивной программы «Мини-футбол» в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Технические приемы, тактические действия и игра в мини-футболе таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Уровень освоения – общекультурный

Срок освоения - 1 год

Цель программы – организация детского досуга, всестороннее развитие личности учащегося и повышение уровня ОФП.

Дополнительная общеобразовательная программа «Богатыри (силовая подготовка)»

Программа сочетает в себе классические принципы силового тренинга (базовые многосуставные упражнения) с основами спортивной науки (биомеханика, профилактика травматизма). Акцент делается на комплексное функциональное развитие силы, выносливости и укрепление здоровья.

Уровень освоения- общекультурный.

Срок освоения - 1 год.

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Цель программы: развитие физических качеств, овладение основами техники силовых упражнений и формирование культуры здорового образа жизни у обучающихся.

Дополнительная общеобразовательная программа «Первая ракетка (теннис)»

Программа рассчитана на два года, что позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Занятия в секции настольного тенниса позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждение интереса к здоровому образу жизни. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Уровень освоения - общекультурный.

Срок освоения - 3 года.

Возраст учащихся: 11-17 лет

Цель программы: организация детского досуга и обучение основным навыкам игры в настольный теннис.

Дополнительная общеобразовательная программа «Активный бросок (волейбол)»

Освоение Программы приобщает учащихся к здоровому образу жизни, воспитывает потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями, чувство товарищества и высокой требовательности к себе, обучает навыкам взаимодействия в коллективе. Программа содержит необходимые элементы для укрепления здоровья учащихся, овладение техническими и тактическими приемами спортивной игры.

Уровень освоения - общекультурный.

Срок освоения - 3 года.

Возраст учащихся: 11-17 лет

Цель программы: умение выполнять технико-тактические действия на более высокой скорости и с максимальной эффективностью, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности.

Дополнительная общеобразовательная программа «Властелин колец (Баскетбол)».

Освоение Программы приобщает учащихся к здоровому образу жизни, воспитывает потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями, чувство товарищества и высокой требовательности к себе, обучает навыкам взаимодействия в коллективе. Программа содержит необходимые элементы для укрепления здоровья учащихся, овладение техническими и тактическими приемами спортивной игры.

Уровень освоения- общекультурный.

Срок освоения - 2 года.

Возраст учащихся: 11-17 лет

Цель программы умение выполнять технико-тактические действия на более высокой скорости и с максимальной эффективностью, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности.

Дополнительная общеобразовательная программа «Флорбол»

Программа предполагает базовый общекультурный уровень освоения. Флорбол – это хоккей в зале, очень похож на хоккей на льду. Занятия проходят в закрытом помещении на твердом поле с ограждением и пластиковым мячом, клюшкой. Игра безопасна, так как силовые приемы запрещены. В настоящее время игра получила широкое распространение и должна стать по признанию Олимпийского Комитета олимпийской игрой.

Обучающиеся знакомятся с техникой флорбола, с правилами проведения соревнований по флорболу. Занятие воспитывает потребности в здоровом образе жизни. Игра воспитывает доброту, чуткость, уважение друг к другу, укрепляет здоровье.

В группу принимаются все желающие имеющие допуск врача.

Уровень освоения – общекультурный.

Срок освоения- 2 года.

Возраст учащихся: 8-12 лет

Цель программы: популяризация здорового образа жизни через привлечение детей к регулярным занятиям таким видом спорта, как флорбол, укрепление здоровья и разностороннее физическое развитие обучающихся.

Дополнительная общеобразовательная программа «Восточные единоборства. У-шу»

Занятия по программе восточных единоборств способствуют укреплению физического и психического здоровья детей и подростков, стремлению следовать правилам здорового образа жизни, выявляют одаренных детей в этом виде спорта, способных достичь в будущем высоких спортивных результатов.

Практика Восточных единоборств создавалась как наука жизни, цель которой здоровье и долголетие; искусство защищать себя и своих близких, искусство выживания в экстремальных ситуациях. Восточные единоборства — это не только техника поединка, это Наука быть Человеком. Знания, умения и навыки, полученные учащимися на занятиях,

помогут им справляться со сложными жизненными ситуациями, легче адаптироваться в социальной среде.

Уровень освоения – общекультурный.

Срок освоения- 3 года.

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Цель программы: укрепление психического и физического здоровья учащихся через занятия практиками боевых искусств Востока.

Дополнительная общеобразовательная программа «ГТО»

Актуальность данной программы определяется необходимостью достижения образовательных результатов в соответствии с требованиями современных нормативных документов, определяющих деятельность педагога в рамках предмета «Физическая культура». В соответствии с требованиями ФГОС нового поколения целью физического воспитания обучающихся общеобразовательных школ является содействие всестороннему физическому развитию личности ребенка посредством обеспечения его необходимым уровнем общего физического образования и общей физической подготовленности. В основе физического воспитания школьников лежит формирование физической культуры личности, которая достигается сочетанием следующих форм обучения – урок физической культуры и внеурочные занятия для обучающихся. Физическое воспитание направлено на формирование мотивации и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной деятельности, в разносторонней физической подготовленности занимающихся.

Уровень освоения – общекультурный

Срок освоения - 2 года

Возраст обучающихся: 10 – 18 лет

Цель программы: Создание условий для физического развития обучающихся, укрепления их здоровья и подготовка к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

Дополнительная общеобразовательная программа «Чирлидинг»

Чирлидинг объединяет в себе элементы гимнастики, танцев и силовой нагрузки. Развивает физические и творческие способности, а также решительность, настойчивость, целеустремленность, ответственность, умение работать в команде. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, формируют правильную осанку и походку, участвуют в соревнованиях, спортивных праздниках, выступают на стадионах в рамках различных спортивных состязаний.

Уровень освоения – общекультурный.

Срок освоения- 3 года.

Возраст обучающихся: 6-14 лет

Цель программы: личностное развитие детей и укрепление физического здоровья через занятия чирлидингом.

Дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры с элементами спорта (для начальной школы)»

Программа «Подвижные игры с элементами спорта» направлена на всестороннее физическое развитие детей младшего школьного возраста и формирование у них устойчивого интереса к активному образу жизни. Занятия проходят в увлекательной игровой форме, что позволяет поддерживать высокий интерес детей на протяжении всего урока.

Уровень освоения - общекультурный.

Срок освоения - 1 год.

Возраст учащихся: 6-10 лет

Цель программы: организация детского досуга, всестороннее развитие личности учащегося и повышение уровня ОФП.