

## Аннотации к программам физкультурно-спортивной направленности

Наименование программы	Аннотация к программе
<p style="text-align: center;">Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа секции футбола <b>«Футбол – твоя игра»</b></p>	<p><b>Разработчик:</b> педагог Измайлов Валерий Рюрикович  <b>Срок реализации</b> – 5 лет,  <b>Уровень:</b> углублённый          рассчитана на 10-16 летних детей и подростков.          Подготовка и воспитание юных футболистов по данной программе включает в себя не только обучение футбольному мастерству, но и физическое развитие детей, организацию их досуга, формирование положительных черт характера: упорство, выносливость, взаимопомощь, стремление быть «первым» и чувства «локтя», а также воспитание чувства патриотизма – благодатная почва для подготовки будущих защитников Родины.  <b>Целью</b> программы является развитие физического совершенства, гражданственности, как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование у них правильного восприятия и понимания здорового образа жизни, готовности их активному применению.  <b>Задачи:</b> совершенствование навыков футбольного мастерства, функциональной деятельности организма, обеспечение правильного физического развития, подчинение личных интересов – интересам коллектива, воспитание чувства ответственности.  <b>Краткое содержание:</b>          Программа включает следующие разделы: сознательное и активное отношение юных футболистов к занятиям, прочность приобретаемых знаний, умений, навыков, связь предыдущего материала с последующим, постепенный прогресс в занятиях, наглядность, индивидуализация, постепенность.  <b>Результативность</b> освоения зависит от прямой взаимосвязи дидактических принципов программы, и в ходе учебно-тренировочной работы дополняют друг друга. Только при таких условиях достигается рациональная последовательность в обучении и постепенное прогрессирование физических нагрузок</p>
<p style="text-align: center;">Авторская дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа <b>«УШУ – путь к здоровью, гармонии, полноте жизненных свойств».</b></p>	<p><b>Автор программы</b> – Елин Дмитрий Владимирович, педагог высшей квалификационной категории.  <b>Срок реализации</b> программы – 5 лет.  <b>Возраст детей</b> 5-18 лет.  <b>Уровень:</b> углублённый          Данная программа направлена на спортивно-оздоровительное воспитание детей, которое способствует адаптации в социуме, приобретению насущной необходимости именно сегодня, когда запрос государства и общества в социализации молодёжи приобретают первоочередной характер.  <b>Цель</b> программы: создать условия для осуществления сбалансированности природной и социальной составляющих личности воспитанников в процессе ознакомления и овладения методиками укрепления организма и здоровья из арсенала современного ушу.  <b>Задачи:</b>  <i>Образовательные:</i>          - освоить с учащимися основы традиционных базовых «методов наработки» Уданского ушу;          - выработать навыки самозащиты и самообороны;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- заложить основы культуры движения;</li> <li>- укреплять здоровье воспитанников через развитие основных физических качеств согласно сенситивным периодам развития.</li> </ul> <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать основные физические качества – равновесие, гибкость, ловкость, координацию, статическую и динамическую ловкость рук, точность движений;</li> <li>- развивать морально-психологические качества для адаптации в современной исторической трансформации;</li> <li>- развивать навыки укрепления здоровья и дальнейшего его поддержания.</li> </ul> <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитывать волю к освоению пяти ученических ступеней;</li> <li>- способствовать эстетизации среды общения детей и подростков;</li> <li>- выработать навыки межкультурной коммуникации;</li> <li>- познакомить с философскими принципами традиционного ушу как частью системы общечеловеческого культурного наследия;</li> <li>- методы оздоровления организма, заложенные в даосских монастырских практиках с поправкой на российский менталитет и условия жизни через методики традиционного ушу, доказавшего свою пользу самим временем существования, сохраняя потенциал традиции как целостной системы.</li> </ul> <p><b>Краткое содержание:</b></p> <p>Данная программа включает в себя разделы: разминку, упражнения на развитие гибкости, упражнения на развитие силы и выносливости, базовая техника в передней позиции, базовая техника в стойке всадника, базовая техника в задней позиции, дорожки (удары в перемещениях), формальные комплексы, работа в парах. Данные разделы присутствуют в трёх годах обучения детей с увеличением учебной нагрузки.</p> <p><b>Результаты</b> освоения программы выявляются с помощью диагностики, которая включает в себя следующие критерии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития</li> <li>- развитие физических способностей</li> <li>- овладение 5-ю ученическими ступенями ушу.</li> </ul>
<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Акробатический рок-н-ролл -доверяй, мечтай, летай»</p>	<p><b>Разработчик программы</b> – Груздева Вера Александровна, педагог высшей квалификационной категории, мастер спорта</p> <p><b>Срок реализации</b> – 3 года,</p> <p><b>Уровень:</b> базовый</p> <p><b>Возраст детей</b> 7-15 лет.</p> <p>Данная программа направлена на эстетическое развитие ребёнка и повышение его общей культуры с помощью средств хореографии и, в частности, программы акробатического рок-н-ролла. Акробатический рок-н-ролл также совершенствует физическую форму ребёнка, помогает легче адаптироваться в социуме, развивает морально-этические качества.</p> <p><b>Цель программы:</b> Воспитание у детей спортивных качеств и должной спортивной подготовки, для дальнейшего развития квалифицированных спортсменов, способных составить активную конкуренцию</p>

	<p>другим спортсменам.</p> <p><b>Задачи</b> программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повысить общую физическую подготовку,</li> <li>- научить ребёнка эстетике движения,</li> <li>- повысить культуру поведения и общения,</li> <li>- развить в ребёнке определённые морально-волевые качества.</li> </ul> <p><b>Краткое содержание:</b> Программа включает в себя разделы: базовая техника ног, усложнённая бросковая техника ног, разнообразие техники ног, линейные танцевальные движения, вращательные танцевальные фигуры, джазовые танцевальные фигуры, поддержки, полу-акробатика, акробатические элементы. Данные разделы реализуются на первом и втором году обучения, с увеличением учебной нагрузки, в зависимости от года обучения. Программа считается реализованной, если ребёнок к концу учебного года:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повысил свою общую физическую подготовку,</li> <li>- имеет определённую красоту и эстетику движений,</li> <li>- имеет определённый уровень культуры поведения и общения,</li> <li>- обладает хорошими морально-волевыми качествами.</li> </ul>
<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа</p> <p><b>«Тхэквондо для детей»</b></p>	<p><b>Разработчик программы;</b> Курманов Кирилл Вадимович педагог дополнительного образования</p> <p><b>Срок реализации:</b> 2 года</p> <p><b>Уровень:</b> ознакомительный</p> <p><b>Возраст детей:</b> 6-12 лет</p> <p><b>Цель:</b> приобщение детей к здоровому образу жизни и систематическим занятиям физической культуры посредством занятий тхэквон-до, которые служат эффективным средством не только физического, но и нравственного совершенствования, гармоничного развития личности.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• укрепление здоровья</li> <li>• развитие физических и волевых качеств</li> <li>• усвоение знаний по теории Тхэквон-до и ИТФ</li> <li>• овладение техническими и тактическими действиями в Тхэквон-до и ИТФ,</li> <li>• совершенствование навыков для ведения Тхэквон-до ИТФ в соревнованиях, инструкторско-методических навыков и судейства;</li> </ul> <p><b>Содержание:</b></p> <p><b>1. Базовая техника</b> стойки: анун-соги, гунун-соги, ньюанча-соги, передвижения в стойках, техника ударов руками :ап-джумок, сонкаль-терыги, сонкаль-тулькин, дун-джумок, техника ударов ногами: ап-чаги, долио-чаги, нерио-чаги, эп-чаги, горо-чаги, того-еп чаги, техника защиты: пальмок-макки, ан пальмок-макки, бакат пальмок-макки.</p> <p><b>2. Туль. Формальный комплекс</b> Саджо-чаруги, саджо-макки, чунджи туль, дан-гун туль,</p>

	<p><b>3. Спарринг</b> Техника и тактика ведения боя</p> <p><b>Результативность</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• :укрепление психо-физического здоровья воспитанников,</li> <li>• овладение основами знаний и умений в области Тхэквон-до ИТФ,</li> <li>• сплочение детского коллектива,</li> <li>• снижение ассоциальных проявлений в детской среде.</li> </ul>
<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа</p> <p><b>«Русские шашки»</b></p>	<p><b>Разработчик программы: Потатуева Анна Владимировна</b> педагог дополнительного образования</p> <p><b>Срок реализации:</b> 3 года</p> <p><b>Уровень:</b> базовый</p> <p><b>Возраст детей:</b>6-14 лет</p> <p><b>Цель:</b></p> <p><b>Задачи:</b></p> <p><b>Содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• история возникновения шашек, элементарные основы шашечной игры</li> <li>• шашечная нотация,</li> <li>• тактические приёмы владения комбинационными навыками игры,</li> <li>• техника эндшпиля,</li> <li>• дебюты и основы стратегии,</li> <li>• типовые позиции миттельшпиля,</li> <li>• классические позиции, элементарные основы судейства,</li> <li>• шашечный кодекс, выдающиеся шашисты прошлого и настоящего.</li> </ul> <p><b>Результативность-</b> сформированность универсальных учебных действий обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сравнивать разные приёмы действий, выбирать удобные способы для выполнения конкретного задания,</li> <li>• моделировать алгоритм решения числового кроссворда, использовать его в ходе самостоятельной работы,</li> <li>• анализировать правила игры, действовать в соответствии с заданными правилами,</li> <li>• аргументировать свою позицию в коммуникации, учитывать разные мнения, использовать критерии для обоснования своего суждения.</li> </ul>
<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа</p> <p><b>«Основы юнармейской службы»</b></p>	<p><b>Разработчик программы: Михайлов Алексей Викторович</b> – педагог дополнительного образования</p> <p><b>Срок реализации:</b> 1 год</p> <p><b>Уровень:</b> ознакомительный</p> <p><b>Возраст детей:</b> 12-13 лет</p> <p><b>Цель:</b> воспитание патриотов России, граждан правового демократического государства, обладающих чувством национальной гордости, гражданского достоинства, любви к Отечеству, своему народу.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <p><i>Развивающие-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать развитию чувства гражданского долга, готовности встать на защиту своей</li> </ul>

родины,

- создать условия для реализации каждым обучающимся собственной гражданской позиции через деятельность ученического самоуправления,
- способствовать развитию физических качеств: выносливости, силы, ловкости, быстроты реакции

*Воспитательные*

- создать условия для воспитания уважения к историческому наследию нашей Родины,
- способствовать воспитанию правосознания, осознания своих прав и прав другого человека
- создать условия для воспитания культуры межличностных отношений

*Обучающие:*

- способствовать формированию знаний традиций Вооружённых сил РФ,
- дать основы строевой, тактической топографической, стрелковой огневой, инженерной, военно-медицинской подготовки,
- создать условия для формирования основных навыков прикладной физической подготовки, рукопашного боя, туристических навыков

**Содержание:**

- Военно-исторические традиции российского патриотизма,
- Вооружённые силы Российской Федерации,
- Основы строевой подготовки,
- Основы тактической и топографической подготовки,
- Основы стрелковой и огневой подготовки
- Основы радиационной, химической и биологической защиты,
- Основы инженерной подготовки,
- Основы военно-медицинской подготовки
- Основы рукопашного боя
-