

Краткое описание общеразвивающей программы дополнительного образования «Волейбол».

Данная программа предоставляет учащимся возможность дополнительного образования в области физического воспитания, а именно научить играть в волейбол.

В учебном процессе волейбол используется как важное средство общей физической подготовки учащихся. Широкое применение волейбола в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и в тоже время использование его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга молодёжи, простотой правил игры, высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

Данная программа разработана в соответствии с законом «Об образовании» РФ, с типовым положением об образовательных учреждениях дополнительного образования детей, с концепцией модернизации дополнительного образования детей РФ, с нормами СанПин 2.4.4.1251-12.

Учебная программа «Волейбол» предназначена для учреждений общего и дополнительного образования и рассчитана на трёхлетний курс обучения детей с 9 до 18 лет.

Цель программы – формирование у воспитанников навыков игры в волейбол.

Задачи:

- обучить основам техники и тактики игры в волейбол;
- развивать физические способности учащихся;
- сформировать навыки деятельности игрока совместно с партнёрами;
- содействовать общему физическому развитию;
- воспитывать волевые качества.

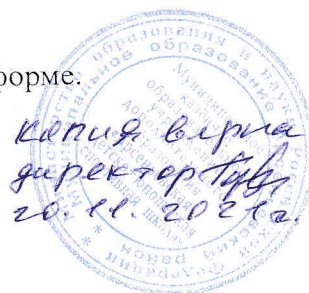
В кружок принимаются учащиеся с основной группой здоровья. Группы обучающихся формируются по 12-15 человек для первого года обучения, 12 человек для второго и третьего годов обучения. Состав групп должен быть постоянным. Занятия проводятся два раза в неделю по два часа. 0,5 часа предполагается на подготовку к соревнованиям. Общее количество часов за год – 144.

В ходе занятий учащиеся приобретают знания, умения и навыки, способствующие формированию и развитию их общей физической подготовки.

Критериями успешности обучения детей и подростков служат зачёты, соревнования, выполнение нормативов, тесты, медицинская диагностика.

Ожидаемые результаты обучения:

- значение утренней гимнастики и правила её проведения;
- понятие о гигиене и правила её соблюдения;
- правила соревнований по волейболу;
- гигиенические требования к одежде и спортивной форме.



Краткое описание общеразвивающей программы дополнительного образования «Бокс».

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Бокс» разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федерального закона от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорта в РФ»;
- Приказа Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г. № 730 «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму содержанию, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения этим программам»;
- Приказа Министерства спорта РФ от 20.03.2013 г. № 123 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта бокс»;
- норм СанПин 2.4.4.1251-12.

Основными задачами реализации Программы являются:

- 1) формирование и развитие творческих и спортивных способностей обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- 2) формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- 3) формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- 4) выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Решение перечисленных задач осуществляется на каждом возрастном этапе обучения и тренировки. Исходя из конкретных требований, учитывающих специализацию и квалификацию обучающихся. В основу отбора и систематизации материала положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

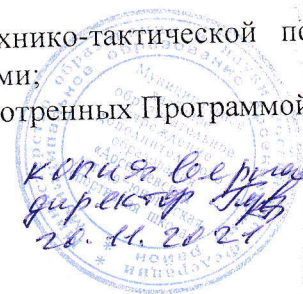
Основными формами осуществления подготовки являются:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учётом избранного вида спорта возрастных и гендерных особенностей обучающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединёнными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу или экипаж;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Ожидаемые результаты обучения:

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта бокс;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья обучающихся;
- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объёмов тренировочных нагрузок, предусмотренных Программой;
- результаты участия в спортивных соревнованиях.

Копия
директор
20.11.2021



Краткое описание общеразвивающей программы дополнительного образования «Стрельба из пневматического оружия».

Данная программа разработана в соответствии с законом «Об образовании» РФ, с типовым положением об образовательных учреждениях дополнительного образования детей, с концепцией модернизации дополнительного образования детей РФ, с нормами СанПин 2.4.4.1251-12.

Рабочая программа по стрельбе из пневматического оружия предусматривает проведение занятий в форма лекции, методических и практических занятий, изучение истории олимпиад, событий Великой Отечественной войны и др. локальных воин.

Цель программы:

– приобретение учащимися основных теоретических знаний по истории создания различных видов стрелкового оружия, типах и системах отечественного стрелкового оружия, мерах безопасного обращения со стрелковым оружием, приобретение практических навыков ухода за стрелковым оружием, выполнение правил его хранения и использования, а также подготовке к защите Отечества.

Задачи:

- формирование у учащихся первичных знаний по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках;
- изучение материальной части пневматического и нарезного оружия;
- привитие навыков безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения оружия;
- достижение способности учащихся к выполнению привычных приёмов стрельбы и развитие результативности в выполнении упражнения по стрельбе из пневматического оружия;
- отработка физических упражнений, направленных на выносливость спортсмена;
- совершенствовании техники и тактики стрельбы в стрелковом тире;
- теоретическое и практическое обучение стрельбе;
- обеспечение активного участия членов кружка в спортивной и оборонно-массовой работе;
- воспитание их в духе беззаветной преданности своему Отечеству;
- подготовка молодёжи к военной службе;
- разъяснение необходимости укрепления обороноспособности России.

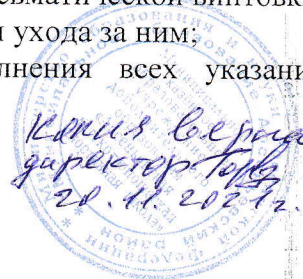
Ожидаемые результаты:

Учащиеся по окончании курса обоснованно излагают:

- основные исторические этапы развития и совершенствования стрелкового оружия;
- правила безопасного обращения с оружием, порядка его хранения, ухода за ним;
- о возможных последствиях нарушения правил обращения с оружием;
- об ответственности за нарушение правил техники безопасности;
- об устройстве пневматической винтовки, её технических характеристиках;
- об оборудовании места для стрельбы и порядке его использования.

Учащиеся овладевают знаниями:

- первичных приёмов выполнения упражнений по стрельбе из пневматической винтовки;
- безопасного обращения со стрелковым оружием, его хранения и ухода за ним;
- обязательного, точного, немедленного и быстрого выполнения всех указаний и команд преподавателя.



Краткое описание общеразвивающей программы дополнительного образования «Футбол».

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» составлена в соответствии с законом «Об образовании» РФ, с типовым положением об образовательных учреждениях дополнительного образования детей, с концепцией модернизации дополнительного образования детей РФ, с нормами СанПин 2.4.4.1251-12.

Программа направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психологических качеств и способностей, которые позволяют осваивать футбольные навыки. Программа рассчитана на работу с учащимися в спортивно-оздоровительных группах. Направленность программы физкультурно-спортивная. Возрастные группы 7-9, 10-17 лет. Срок реализации программы 3 года.

Формы занятий: учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.

Режим занятий: проходят 3 раза в неделю по 2 часа. Занятие состоит из: урок – 45 мин., организационные моменты – 5 мин., проветривание помещения – 10 мин.

Наполняемость групп составляет 12 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПина 2.4.4.1251-03.

Формы организации обучения: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- диагностика уровня сформированности знаний по теории программы;
- контрольное тестирование по итогам обучения, контрольные игры с заданиями, товарищеские встречи, соревнования (май).

Цель программы: формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

Задачи:

Образовательные:

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Развивающие:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

Актуальность данной программы дополнительного образования 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 самореализации, самоорганизации, самоконтроля ребёнка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся должны знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;

Муниципальное учреждение
дополнительного образования
детей и подростков
«Спортивный клуб»
директор
20.10.2021

– организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

К концу обучения учащиеся:

- приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки;
- осваивают основные средства ОФП;
- осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, влечение мяча, обманные движения);
- выполняют основные действия игры вратаря;
- умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками;
- применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча;
- осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков);
- ориентируются при розыгрыше соперниками стандартной ситуации;
- играют в мини-футбол;
- осваивают основы судейской и инструкторской практики.

У детей повышается уровень функциональной подготовки, улучшается координация движений, скорость перемещения, мобильность, появляется мотивация к учебной деятельности.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приёмами мини-футбола;
- знать основы судейства.

