

Аннотация

к рабочей программе по дополнительному образованию «Лыжи»

Рабочая программа по дополнительному образованию «Лыжи» на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Минпросвещения от 31.05.2021 №287), (далее- ФГОС ООО);
 - Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18 июля 2022 года №568 «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт основного общего образования»;
 - Федеральной основной образовательной программы основного общего образования (далее ФООП ООО), утвержденной Приказом Минпросвещения РФ от 18.05.2023 №370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;
 - ООП ООО МБОУ А – ЕСШ.
-
- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
 - Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
 - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
 - Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
 - Положение о дополнительной образовательной программе МБОУ А-Е СШ.

Цели:

- развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей организма, совершенствование техники и тактики лыжника-гонщика;
- воспитание бережного отношения к своему здоровью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем, физического воспитания и прикладной физической подготовки;
- освоение знаний о физической культуре, её связи с физическим воспитанием и спортивной подготовкой;
- формирование компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивно – оздоровительной деятельности, творческого опыта в индивидуальных и коллективных формах занятий физкультурой и спортом.

Задачи:

- прививать устойчивый интерес к занятиям лыжным спортом;
- укреплять здоровье обучающихся и закалять их организм;
- всестороннее физическое развитие и развитие основных двигательных качеств;

- овладеть навыками техники движений основных лыжных ходов;
- выполнять требования контрольных тестовых заданий и контрольных нормативов.

Условия реализации программы

- Возраст детей, участвующих в реализации данной программы дополнительного образования, 10-15 лет, количество 14 человек.
- Продолжительность образовательного процесса - 1 год.
- Количество часов - 2 учебных часа в неделю

Содержание программы.

	Название темы	всего
1.	Развитие лыжного спорта (легкой атлетики) в России.	1
2.	Гигиена занятий и режим дня спортсмена лыжника.	1
3.	Основы техники лыжных гонок.	1
4.	Основы методики обучения техники и тактики лыжника.	1
5.	Правила техники безопасности и оказание ПМП.	1
6.	Спортивные базы, оборудование. Инвентарь.	1
7.	Правила соревнований.	1
8.	ОФП.	13
9.	СФП.	16
10.	Общие основы методики обучения техники и тактики лыжника гонщика.	21
11.	Выполнение контрольных требований и нормативов.	7
12.	Культурно-массовая работа.	4
	Итого:	68

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Преображенский В. С. Учись ходить на лыжах . – М.: Сов.спорт, 1989.
2. Барышников А.Н. Лыжный спорт: программа для лыжных секций. – М.: ФиС, 1971.
3. Зверева М. С. Программы для ДЮСШ и образовательных школ. Спортивные кружки и секции. – М.: Просвещение, 1986.
4. Жудов В.А. Лыжные гонки: Правила соревнований. – М.: ФиС, 1986.

Учитель: Проявченко С.М