

## Ааннотация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ

### Физкультурно - спортивная направленность

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности и разработана на основе нормативных документов в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации в области образования, локальными актами муниципального общеобразовательного учреждения «Сосновский центр образования» (далее МОУ «Сосновский ЦО»). **Форма обучения.** Язык преподавания: русский (родной). Форма обучения– очная. При введении ограничений в связи с эпидемиологическими мероприятиями и изменением санитарных норм возможно деление группы на подгруппы и реализация содержания программы с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Возможно применение дистанционной формы обучения.

	Название программы	Срок	Аннотация
1	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Навстречу ГТО»	количество часов в год 144.  Занятия проводятся 2 раза в неделю.  продолжительность занятия 2 часа по 45 минут	<p>Данная программа направлена на укрепление здоровья и гармоничное развитие обучающихся, формирование стойкого интереса к занятиям спортом, развитие и совершенствование физических качеств, воспитание морально - волевых и духовных качеств. Средства и методы обучения, предлагаемые в программе, будут способствовать раскрытию индивидуальности ребенка, поощрению творческого начала в каждом обучающемся и выполнению на этой основе нормативов ВФСК ГТО. Комплекс ГТО направлен на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально - волевых качеств. Повышению мотивации обучающихся к занятиям по программе будет способствовать участию в выполнении нормативов комплекса ГТО, соревнованиях по общей физической подготовке, в фестивалях ГТО, физкультурных праздниках и т.п</p> <p>Учебные группы формируются по возрастным группам, в соответствии с возрастными ступенями Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».</p> <p>Программа предполагает занятия с детьми с 7 до 17 лет, независимо от их одаренности, способности, уровня физического развития и подготовленности, не имеющие медицинских противопоказаний.</p> <p>Срок реализации -1 год. Группа разновозрастная.</p>
2	Дополнительная общеобразовательная	Срок обучения -3 года.	Игра в настольный теннис направлена на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

	<p>общеразвивающая программа «Настольный теннис»</p>	<p>Количество часов в год – 216, итого по программе 648 часов.</p> <p>Занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45 мин</p>	<p><i>Цель программы</i> , популяризация настольного тенниса среди подростков, как игрового вида спорта для формирования здорового образа жизни, организации активно – полезного досуга. Для достижения положительного результата реализации программы используются следующие средства обучения: тренировочные занятия по ОФП, специальной физической подготовке, теоретической подготовке, тактической подготовке, инструкторско – судейской практике, информационные технологии, показ техники педагогом, беседа, разъяснение, самостоятельная работа обучающихся. В результате реализации программы обучающиеся владеют базовой техникой настольного тенниса, (соответствие нормативам), развиты у обучающихся специальные физические способности (гибкость, быстрота, ловкость), владеют основными приемами техники игры и тактическим действиям, соблюдают правила соревновательной деятельности в соответствии с правилами настольного тенниса, обучающиеся умеют использовать основные технические приемы и индивидуальные тактические и парные действия в соревнованиях, принимают участие в соревнованиях различного уровня.</p> <p>срок реализации 3 года</p> <p>Программа предназначена для обучающихся с 10-лет до 16 лет Основным критерием приема обучающихся в группу настольного тенниса является отсутствие отклонений в состоянии здоровья</p>
3	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шахматы»</p>	<p>Срок обучения -3 года. Количество часов в год – 216, итого по программе 648 часов.</p> <p>Занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45 мин</p>	<p>Программа шахматного объединения носит образовательно-развивающий характер направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся, Занятия шахматами способствуют повышению уровня интеллектуального развития детей, умения концентрировать внимание на решение задач в условиях ограниченного времени, анализировать возникающие ситуации и делать выводы. Обучение игре в шахматы с самого раннего возраста помогает многим детям не отстать в развитии от своих сверстников, открывает дорогу к творчеству сотням тысяч детей некоммуникативного типа. Расширение круга общения, возможностей полноценного самовыражения, самореализации позволяет этим детям преодолеть замкнутость, мнимую ущербность. Шахматное образование включает в себя повышение уровня общей образованности обучающихся, знакомство с теорией и практикой шахматной игры, развитие мыслительных способностей и интеллектуального потенциала, воспитание у детей навыков волевой регуляции характера. Особенность данной программы в том, что в разработке и использовании на занятиях педагогом дидактического материала (карточки, шахматные этюды и задачи), активизирующих общие и индивидуальные логические особенности обучающихся. Дополнительная общеразвивающая программа предусматривает обучение обучающихся разного возраста, разного уровня знаний, умений и навыков шахматной игры.</p> <p><b>Цель программы:</b> личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, формирование общей</p>

			<p>культуры и организации содержательного досуга посредством обучения игре в шахматы. Срок реализации 3 года.</p> <p>В шахматное объединение принимаются обучающиеся младшего и среднего школьного возраста (7 – 12 лет).</p>
4	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол»</p>	<p>Срок обучения -3 года.</p> <p>Количество часов в год – 216, итого по программе 648 часов.</p> <p>Занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45 мин</p>	<p>Программой предусмотрены занятия групповые, индивидуальные, спарринги.</p> <p>Занятия делятся на теоретические, практические, комбинированные. Наряду с традиционными формами проведения занятий: тренировочные занятия, игры, соревнования используются нестандартные формы проведения занятий: товарищеские встречи, экскурсии, поездки, просмотр записей матчей по настольному теннису международных турниров с дальнейшим обсуждением, спортивные праздники. Для достижения положительного результата реализации программы используются следующие средства обучения: тренировочные занятия по ОФП, специальной физической подготовке, теоретической подготовке, тактической подготовке, инструкторско – судейской практике, информационные технологии, показ техники педагогом, беседа, разъяснение, самостоятельная работа обучающихся. Цель программы: популяризация баскетбола среди подростков, как игрового вида спорта для формирования здорового образа жизни, организации активно – полезного досуга и профессионального самоопределения. Изложенный в программе материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих задач: ознакомить с техникой и тактикой игры в баскетбол; организовать участие обучающихся в соревнованиях разного уровня; содействовать развитию разносторонней физической подготовки.</p> <p>Программа предназначена для обучающихся с 14 - лет до 17 лет Основным критерием приема обучающихся в группу является отсутствие отклонений в состоянии здоровья.</p>
5	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча»</p>	<p>Срок обучения -3 года. Количество часов в год – 216, итого по программе 648 часов.</p> <p>Занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45</p>	<p>Дополнительная образовательная программа относится к программам физкультурно-спортивной направленности и направлена на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей. Программа полностью построена на подвижных играх с элементами спортивных игр и игровых упражнениях. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения, доступную для взрослых и детей. <b>Цель программы «Школы мяча»</b> (обучение детей игре в баскетбол): освоение техники игры в баскетбол, способствование совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.</p> <p><b>Задачи программы «Школа мяча»</b> - Дать детям представление о сущности игры в баскетбол, ее правилах (ведение мяча двумя и</p>

		мин	<p>одной рукой, передача мяча в статическом положении и при движении, броски в щит и корзину и т.д.)</p> <p>- Изучить основные методы, необходимые для проведения игры в баскетбол: формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации.</p> <p>Программа доступна для детей младшего и среднего школьного возраста, не имеющих противопоказаний к занятиям спортом.с 7 до 13 лет. Зачисление обучающихся производится на основании заявлений родителей (законных представителей).</p>
6	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Играй вместе со мной»	<p>1 год - 72 часа в год</p> <p>2 год -144 часа</p> <p>Продолжительность занятий группы дошкольников 1 час по 30 минут, 2 раза в неделю,</p> <p>группы обучающихся начальной школы 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность занятия 45 минут.</p>	<p>Программа ориентирована на игровой и соревновательный метод. Данный программный материал направлен на формирование у дошкольников умений и навыков в самостоятельной организации различных форм занятий физическими упражнениями и играми. Развитие ребенка находится в большой зависимости от двигательной активности, которая является источником не только познания окружающего мира, но и психического и физического развития. Подвижные игры динамичны, эмоциональны, развивают ловкость, быстрое мышление, координацию движений. Это хорошее средство активного отдыха. Подвижные игры – игры, основное содержание которых составляют разнообразные виды бега, прыжков, метаний и других движений. В программе предусмотрены: вводные занятия, направленные на знакомство с детьми и введение правил поведения; тематические занятия; занятия по диагностике исходного уровня развития детей; контрольно-диагностические занятия, позволяющие закрепить и обобщить освоенный материал, занятия-соревнования. Все занятия проводятся в игровой форме, в них включены разнообразные игры, занимательные упражнения. Основной формой организации учебного процесса являются групповые занятия. Предусмотрены теоретические и практические занятия. На теоретических занятиях обучающиеся знакомятся с правилами проведения игр, ролями ведущего и игрока. На практических занятиях выполняют задания с соблюдением условий проведения разнообразных игр. В программе игры с элементами легкой атлетики, баскетбола, волейбола, единоборств, комбинированные эстафеты, Веселые старты.</p> <p>Программа предназначена для детей с 5 до 7 лет. Минимальный возраст зачисления 5 лет.</p>
7	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист»	Срок обучения -3 года. Количество часов в год – 216, итого по программе 648 часов.	<p>Программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической и тактической, физической, специальной, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения. Программный материал предполагает тесную связь со школьными программами: анатомия и гигиена человека, ОБЖ, физическая культура. Для достижения положительного результата реализации программы используются следующие средства обучения: тренировочные занятия по ОФП, специальной физической подготовке, теоретической</p>

		<p>Занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45 мин</p>	<p>подготовке, тактической подготовке, инструкторско – судейской практике, информационные технологии, показ техники педагогом, беседа, разъяснение, самостоятельная работа обучающихся. Цель программы: популяризация футбола среди подростков, как игрового вида спорта для формирования здорового образа жизни, организации активно – полезного досуга и профессионального самоопределения. Изложенный в программе материал предполагает решение следующих задач: ознакомить с базовой техникой футбола; обучить техническим приёмам и тактическим действиям, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре; научить основам индивидуальной, групповой и командной тактике игры в футбол; изучить теоретические сведения о личной гигиене, анатомии, психологии истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.</p> <p>Программа предназначена для обучающихся с 7 - лет до 14 лет</p>
8	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Самбо и дзюдо»</p>	<p>Срок – 2 года, количество часов 1 год 144, 2 год -216 итого 360 часов.</p> <p>Занятия проводятся два - три раза в неделю по 2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45 мин</p>	<p>Самбо и дзюдо являются видами спортивной борьбы, которые обучают и воспитывают, но не являются инструментами войны.</p> <p>Программа способствует развитию таких физических качеств, как быстрота, координация сила, ловкость, выносливость. Занятия самбо и дзюдо повышают учебно – трудовую активность и способствуют формированию здорового образа жизни подрастающего поколения.</p> <p><b>Отличительной особенностью</b> данной программы, объединяющей два вида спортивной борьбы, в основном она направлена не на достижение высоких спортивных результатов занимающихся, а на повышение уровня физического развития, функциональных резервов и сопротивляемости организма, улучшение адаптации к воздействию неблагоприятных факторов среды, повышают самооценку детей и подростков, способствуют их самореализации. Цель программы популяризация и овладение основами искусства спортивных единоборств самбо и дзюдо для формирования здорового образа жизни, организации активно – полезного досуга и профессионального самоопределения. Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие <b>задачи</b>: обучение основным понятиям и терминам самбо и дзюдо; ознакомление с историей, культурой, традициями, философией самбо и дзюдо; обучение первичным навыкам самообороны; обеспечение прочного и сознательного овладения обучающимися системой специальных физкультурно-спортивных знаний и умений; обучение практическим умениям и навыкам в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой различной функциональной направленности.</p> <p>На занятии могут принимать участие обучающиеся разного возраста как 7 лет, так до 14 лет, в связи с тем, что при проведении соревнований учитывается не только возраст обучающегося, но</p>

			и весовая категория.
9	Дополнительная общеразвивающая программа «Шахматы. Знакомство»	срок 1 год, количество часов – 36, занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность – 45 минут.	<p>Система шахматных занятий в системе дополнительного образования, выявляя и развивая индивидуальные способности, способствует общему развитию и воспитанию обучающихся. Программа позволяет реализовать многие позитивные идеи отечественных теоретиков и практиков — сделать обучение радостным, поддерживать устойчивый интерес к знаниям.</p> <p>Шахматы в начальной школе положительно влияют на совершенствование у детей многих психических процессов и таких качеств, как восприятие, внимание, воображение, память, мышление, начальные формы волевого управления поведением. Обучение игре в шахматы с самого раннего возраста помогает многим детям не отстать в развитии от своих сверстников, открывает дорогу к творчеству сотням тысяч детей некоммуникативного типа. Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что начальный курс по обучению игре в шахматы максимально прост и доступен младшим школьникам. Стержневым моментом занятий становится деятельность самих учащихся, когда они наблюдают, сравнивают, классифицируют, группируют, делают выводы, выясняют закономерности. При этом предусматривается широкое использование занимательного материала, включение в уроки игровых ситуаций, чтение дидактических сказок и т. д. Программа помогает решить такие проблемы как : развитие у детей интереса к шахматам за счет преобладания игровых и соревновательных форм занятий, Обучение правилам игры в шахматы и формирование умения играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами без нарушений правил шахматного кодекса. В конце обучения обучающиеся познакомятся с шахматными терминами, шахматными фигурами, научатся ориентироваться на шахматной доске, правильно помещать шахматную доску между партнерами; правильно расставлять фигуры перед игрой; различать горизонталь, вертикаль, диагональ играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами. Сформируется умение умение решать элементарные задачи на мат в один ход, записывать шахматную партию.</p> <p>Программа предназначена для обучающихся 3 классов.</p>
10.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол"»	Срок обучения -3 года. Количество часов в год – 216, итого по программе 648 часов. Занятия проводятся три раза в неделю по	<p>Занятие волейболом - весьма эффективное средство укрепления здоровья и физического развития. Разнообразие двигательных навыков и действий, различных по координационной структуре и интенсивности, способствует развитию всех физических качеств: силы, быстроты, ловкости, выносливости и т.д. Напряженность спортивного поединка, стремление к преодолению трудностей в борьбе за победу способствует развитию таких ценных психологических качеств, как смелость, настойчивость, решительность, самоотверженность, инициативность, дисциплинированность. Цель программы: создание благоприятных условий для гармоничного физического развития, удовлетворения потребности в двигательной активности, самореализации</p>

		<p>2 часа.</p> <p>Продолжительность занятия 2 часа по 45 мин</p>	<p>детей и подростков посредством обучения основам общей и специальной физической подготовки при освоении техники волейбола. Обучение строится с использованием игровых методов. Игровая методика важна на этапе обучения, т.к. создает творческую атмосферу и способствует общей заинтересованности обучающихся. Для достижения положительного результата реализации программы используются следующие средства обучения: тренировочные занятия по ОФП, специальной физической подготовке, теоретической подготовке, тактической подготовке, инструкторско – судейской практике, информационные технологии, показ техники педагогом, беседа, разъяснение, самостоятельная работа обучающихся.</p> <p>Программа предназначена для обучающихся с 10 - лет до 17 лет</p>
--	--	--	---