

**АННОТАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ПРОГРАММ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Название дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Аннотация программы						
	Срок реализации	Возраст обучающихся	Уровень освоения программы	Объем программы (часов)	Количество часов в неделю	Периодичность	Форма обучения
ОФП (с элементами футбола)	5 лет	7-17 лет	Базовый	1152	1 год обучения - 4 часа в неделю 2,3,5 годы обучения - 6 часов в неделю 4 год обучения 10 часов	1 год обучения - 2 раза по 2 часа 2, 3, 5 годы - 3 раза по 2 часа 4 год обучения 2 раза по 3 часа, 2 раза по 2	очная, с применением ЭОР и ДОТ
							Форма организации обучающихся на занятиях
							Цель программы
							Описание программы

ОФП (с элементами футбола)

5 лет
7-17 лет
Базовый
1152
1 год обучения - 4 часа в неделю
2,3,5 годы обучения - 6 часов в неделю
4 год обучения 10 часов
1 год обучения - 2 раза по 2 часа
2, 3, 5 годы - 3 раза по 2 часа
4 год обучения 2 раза по 3 часа, 2 раза по 2

Форма организации обучающихся на занятиях

Цель программы

Описание программы

Проблема формирования привычек здорового образа жизни выступает на всех возрастных этапах как проблема современности, которая должна решаться за счет новых подходов к системе физического воспитания, изменения содержания, форм и методов работы. Формирование здорового образа жизни у подрастающего поколения доступно и возможно через развитие футбола, как популярного и предпочтительного вида спорта среди детей.

Футбол, которым сегодня увлекаются не только мальчики и юноши, но и девочки и девушки, как нельзя лучше приспособлен для распространения его

<p align="center">ОФП (элементами лыжного спорта)</p>	2 года	1 год
	9 – 12 лет	7 - 11 лет
	Базовый	Базовый
	532 часа	216 часов
	1, 2 года обучения по 6 часов в неделю	6 часов в неделю
	1,2 года обучения 2 раза по 3 часа	3 раза по 2 часа
	очная, с применением ЭОР и ДОТ	очная, с применением ЭОР и ДОТ
всем составом	всем составом	
<p>содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся, а также, подготовка лыжников-гонщиков, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности.</p>	<p>Укрепление здоровья, физическое и личностное развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.</p>	
<p>В большинстве районов нашей страны, где зима продолжительная и снежная, занятия лыжами гонками – один из самых доступных и массовых видов физической культуры и спорта. Программа дает возможность увеличения двигательной активности обучающихся, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения вне учебной физкультурно- оздоровительной и спортивной работы. Данная программа усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.</p>	<p>Занятие физической культурой и спортом решает проблему досуга детей, вырабатывает привычку заниматься полезным делом. Навыки планирования и прогнозирования результатов деятельности, навыки самоконтроля, коммуникативные умения, способность воплощать собственные идеи пригодятся учащимся в их дальнейшей жизни.</p> <p>Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.</p>	

Клуб "Русич"	
3 года	
12-17лет	
Базовый	
648 часов	
1 год обучения - 6 часов 2 год обучения - 6 часа 3 год обучения - 6 часа	
1 год обучения - 3 раза по 2 часа 2 год обучения - 2 раз по 3 часа 3 год обучения - 2 раза по 3 часа	
очная, с применением ЭОР и ДОТ	
Всем составом, групповая и индивидуальная	
Создание условий для повышения уровня общей физической подготовленности, привитие культуры сознательного грамотного отношения к своему здоровью.	<p>Программа направлена на организацию содержательного досуга, удовлетворение запросов детей в активных формах деятельности, увеличение двигательной активности подростков, самосовершенствование, познание и формирование здорового образа жизни, развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижение уровня спортивных результатов сообразно способностям. Занятия с тренажерами не только способствуют физическому развитию подростков, но и дисциплинируют, способствуют развитию волевых качеств.</p> <p>В современных условиях каждому ребенку и родителю необходимо осознавать, что занятия физической культурой необходимы для здорового роста и развития молодого организма. Недостаток двигательной активности ребенка противоречит биологическим потребностям растущего организма. Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение его особенно важно в школьном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.</p> <p>Кроме того, в настоящее время существует проблема подготовки юношей к службе в российской армии. Занятия атлетизмом помогут ребятам обрести уверенность в себе, физическую силу и вооружиться практическими умениями по системе выхода из различных трудных жизненных ситуаций.</p>

Флорбол	1 год	2 года
	11 – 16 лет	8 – 17 лет
Стартовый	Базовый	
216 часов	532 часов	
1 год обучения 6 часов в неделю	1, 2 года обучения 6 часов в неделю	
1 год обучения 2 раза по 3 часа	1, 2 года обучения – 2 раза по 3 часа в неделю	
очная, с применением ЭОР и ДОТ	очная, с применением ЭОР и ДОТ	
всем составом	всем составом	
<p>популяризация здорового образа жизни через привлечение детей к регулярным занятиям таким видом спорта, как флорбол, укрепление здоровья и разностороннее физическое развитие обучающихся.</p>	<p>развитие и укрепление физических способностей учащихся в ходе занятий настольным теннисом и привитие навыков здорового образа жизни</p>	
<p>приобщение подрастающего поколения к физкультуре и спорту является наиболее важной проблемой в настоящее время. Флорбол доступный вид спорта, не требующий больших материальных затрат и его популяризация позволит привлечь к занятиям спортом большое количество детей и подростков. Флорбол позволяет развивать у учащихся такие качества как быстрота, выносливость, ловкость, способность быстро находить и принимать правильные решения в разных ситуациях, правильно и быстро отвечать действиями на действия своего соперника.</p>	<p>Программа направлена на укрепление здоровья учащихся средствами физической культуры Настольный теннис относится к числу наиболее популярных спортивных игр. Одна из главных причин популярности является его доступность для всех возрастов. Настольный теннис способствует развитию координации движений, ловкости, быстроты. Скорости реакции, внимания. Во время игры можно легко регулировать физические и психические нагрузки, определять в зависимости от возраста, подготовленности, состояния здоровья, степень интенсивности нагрузок и занятий, их продолжительность и регулярность.</p>	