

Администрация Петрозаводского городского округа
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Центр образования и творчества «Петровский Дворец»

ОДОБРЕНО

Методическим советом
Протокол № 1
«24» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «Петровский Дворец»
М.М. Карасева
Приказ № 21-1 «31» августа 2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

Петрозаводск
2021

Пояснительная записка

Уровень программы – разно-уровневая.

Актуальность программы заключается в том, что приоритетной задачей государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье обучающихся представляет собой критерий качества современного образования.

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся и позитивной социализации;
- формированию и развитию творческих способностей учащихся, выявлению, развитию и поддержке талантливых учащихся;
- обеспечению гражданского, патриотического, трудового воспитания учащихся;
- формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья обучающихся.

Новизна программы.

МОУ «Петровский Дворец» является одним из немногих учреждений дополнительного образования, который реализует программы физкультурно-спортивной направленности. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы «Брейк», «Брейк-данс», «Американский футбол», «Флорбол», «Спортивное ориентирование» - относительно «молодые», успешно реализуются в образовательной организации.

Методика занятий предполагает использование новейших разработок, заимствованных у ведущих специалистов в области подготовки волейболистов, баскетболистов, теннисистов, флорболистов российского и мирового уровня, что вносит в тренировочный процесс разнообразие - важнейший аспект для роста результатов.

Педагогическая целесообразность.

В данной образовательной программе отражена способность учреждения дополнительного образования:

- обеспечить интересный и разнообразный досуг обучающихся;
- предоставить каждому ребенку возможность развития своих способностей и талантов, направленных на их самоопределение;
- стимулирование спортивной активности ребенка, возможностей самообразования, самостоятельного решения возникающих проблем.

Разработка Образовательной программы обусловлена следующими особенностями современной ситуации:

- необходимость быть конкурентоспособными в современных условиях;
- повышение требований к вариативности, качеству и доступности образовательных услуг учреждений дополнительного образования детей;
- потребность обновления содержания дополнительного образования в соответствии с интересами детей, потребностями семьи и общества;
- необходимость обеспечения инновационного, опережающего характера развития образовательной деятельности при использовании лучших традиций

отечественной сферы дополнительного образования и успешных мировых практик;

- стремление педагогов к достижению высоких образовательных результатов, к построению мотивирующего образовательного пространства.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 6 до 18 лет. Принимаются обучающиеся, проявляющие интерес к спорту без специального отбора, не имеющие противопоказаний для занятий спортом медицинский допуск обязателен для всех занимающихся.

Объем и срок освоения программы.

Сроки освоения программы - до 3-х лет.

Объем освоения программы – указывается в учебном плане.

Занятия проводятся по 45 минут, перерыв 10 минут.

Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 час. Расписание учебных занятий составлено с учетом целесообразности воспитательнообразовательного процесса, создания необходимых условий для обучающихся разных возрастных групп, дневной и недельной динамики работоспособности.

Форма обучения – очная

Особенности организации образовательного процесса.

Программа реализуется в сформированных группах обучающихся одного возраста, что вносит в тренировочный процесс свои положительные особенности. В случае внештатных ситуации можно применять очно-заочную форму с использованием дистанционных технологий (ZOOM, публикация занятия в группах ВК, «Российской электронной школы» <https://resh.edu.ru/distance/>.)

Список сервисов, платформ и веб-ресурсов, рекомендуемых к использованию при реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий:

1. Специализированные сервисы организации занятий: <https://classroom.google.com>; <https://teams.microsoft.com>.
2. Средства видео-конференцсвязи: <https://discord.com>; <https://www.skype.com/ru>; <https://zoom.us>.
3. Социальные сети и мессенджеры, в т.ч. путем сопровождения тематических сообществ в социальных сетях: <https://vk.com/@authors-create-stream>; <https://ok.me/8E9>; <https://hangouts.google.com>
4. Цифровые образовательные платформы и веб-ресурсы: «Российская электронная школа» <https://resh.edu.ru/summer-education>;
5. ресурсы Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» (<https://fedcdo.ru/>, научим.пф, научим.online);
6. ресурсы Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей» (<http://фцомофв.пф/>, <https://еип-фкис.пф/>, <https://науфк.пф/>, <https://www.schoolsports.ru/>);
7. цифровой навигатор образования, представляющий собой банк цифровых учебных материалов и практик для дополнительного дистанционного обучения <https://edu.asi.ru/>;
8. Национальная электронная библиотека, научная электронная библиотека elibrary.ru;

9. электронные сервисы организации работы группы обучающихся: <https://trello.com>, <https://asana.com/ru>, <https://planfix.ru>, <https://todo.microsoft.com/tasks/ru-ru>, <https://padlet.com>, <https://jamboard.google.com>, <https://www.mindmeister.com/ru>, <https://www.mindomo.com/ru>, 8 Методические рекомендации – 06 <https://www.mindmup.com>, <https://flinga.fi/>, <https://miro.com/app/dashboard>;

10. сервисы сбора обратной связи: <https://www.mentimeter.com/how-to>, <https://nearpod.com/>, https://www.google.com/intl/ru_ua/forms/about/, <https://ru.surveymonkey.com/>, <https://www.survio.com/ru/>, <https://onlinetestpad.com/ru/>;

11. сервисы, позволяющие проводить дистанционный контроль знаний обучающихся в игровой форме в формате квиза или викторины: <https://myquiz.ru>, <https://quizizz.com>, <https://kahoot.com>, <https://www.skillterra.com>, <https://learningapps.org>.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: создание условий для физического развития обучающихся, формирование основ здорового образа жизни средствами совершенствования и достижения спортивного мастерства.

Задачи:

Обучающие:

- формирование мотивации к здоровому образу жизни;
- изучение и овладение обучающимися основ техник видов спорта, представленных в ОУ;
- создание условий для обеспечения физической активности и самореализации личности обучающегося;
- выявление и развитие индивидуального потенциала обучающихся.

Развивающие:

- формирование основ и развития самоконтроля и самодисциплины;
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- способствование развитию логического мышления;
- развитие умения совмещать спортивные занятия с учебой;
- способствование развитию умений обучающихся обобщать полученные знания, проводить анализ, сравнения, делать необходимые выводы;
- способствование развитию умения использовать творческий подход в решении практических задач;

Воспитательные:

- формирование осознания значимости собственного результата;
- воспитание умения преодолевать трудности в тренировочном и соревновательном процессе;
- воспитание моральных и волевых качеств личности;
- приобщение к работе в коллективе, команде;
- воспитание дисциплинированности, самостоятельности, ответственности;
- способствование гармоничному развитию личности.
- предоставление возможности обучающимся физкультурно-спортивной направленности самоопределяться в окружающем мире средствами изучения основ данных видов спорта.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Приложение 1

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Образовательная программа содержит следующие дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности:

№	Программа	Аннотация
1.	«Детский фитнес»	Программа физкультурно – спортивной направленности: «Детский фитнес» реализуется с 2008 года. Коллектив “Big Team” – большая команда, в которой занимаются обучающиеся с 6 до 10 лет. На занятия приглашаются все, кто любит танцевать, двигаться под музыку, выполнять упражнения на пресс, отжиматься, выполнять акробатические упражнения. В программе занятия по направлениям: хип-хоп, йога, пилатес, фитбол, Port deBras.
2.	«Школа красоты и здоровья»	Программа позволяет приобщить подростков к здоровому образу жизни, удовлетворить оптимальный уровень двигательной активности. Знакомит с приёмами закаливания организма, с правилами рационального питания и личной гигиены, с правилами безопасного поведения дома, на улице и в школе. Обучающиеся узнают о влиянии физических упражнений на организм человека. Тематика и различные формы проведения занятий позволяют обучающимся не только принимать участия в процессе обучения, но и побуждают их к самостоятельным занятиям спортом, отказу от вредных привычек. Тренировочный процесс строится с учётом физиологических особенностей обучающихся, формируется отношение к здоровью как ценности. Воспитанники программы достигают спортивных результатов, улучшают показатели общефизической подготовки, участвуют в соревнованиях разного

		<p>уровня, учатся взаимодействовать друг с другом, преодолевать трудности, выигрывать и проигрывать достойно.</p> <p>На занятиях используются передовые технологии в области красоты, здоровья и спорта, получившие признание во всём мире.</p>
3.	«Игра го»	<p>Го – древнейший интеллектуальный вид спорта. Сочетание простых правил и сложности стратегии делает го одной из популярных игр в мире. Го развивает творческое мышление и стратегический (продуманный) подход к решению возникающих проблем.</p> <p>Программа «Игра го» имеет физкультурно-спортивную направленность. Вместе с тем, характер и содержание обучения игре го в значительной степени связаны с интеллектуально-мыслительной деятельностью, с общекультурным развитием и обладают широкими личностно-формирующими и образовательно-развивающими возможностями. Программа ориентирована на пропаганду здорового образа жизни, развитие творческих сторон интеллекта, самореализацию ребенка, формирование личности, способной находить выход из проблемной ситуации.</p>
4.	«Атлетическая гимнастика для подростков»	<p>Программа предусматривает проведение практических занятий в тренажерном зале, сдачу учебных нормативов, участие в соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях. Непосредственными условиями успешного выполнения этих задач является многолетняя, целенаправленная подготовка обучающихся: привития интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка и выполнение нормативов общей физической подготовки, выполнение спортивных разрядов.</p>
5.	«Теннис в радость»	<p>Занятия по программе способствуют приобретению учащимися технико-тактических приёмов игры в теннис,</p>

		<p>их общему физическому развитию, воспитанию волевых и нравственных качеств личности.</p> <p>Образовательная программа разработана на продуктивной идее о том, что только непрерывные систематические тренировочные занятия делают интерес к такому виду спорта, как теннис, устойчивым, формирует привычку укреплять свое здоровье, создает потребность в двигательной активности, делает здоровье стилем жизни.</p> <p>Здоровье-Радость-Гармония – вот наш девиз!</p> <p>Методика занятий предполагает использование новейших разработок, заимствованных у ведущих специалистов в области подготовки теннисистов Российского и мирового уровня, закаливание в процессе тренировки, ориентацию не только на физическое развитие, но и на высокий эмоциональный фон занимающихся.</p> <p>Главной оценкой для самого ребёнка является его собственное здоровье, его собственный спортивный результат.</p> <p>Важно, что на секции ребенок находит свой круг общения, новых друзей, разделяющих его интересы.</p>
6.	«Брейк»	<p>Программа «Брейк» включает в себя учебно-тренировочные занятия, направленные на развитие и совершенствование основных физических качеств, а также подготовку и участие в концертных мероприятиях, соревновательной деятельности.</p> <p>Программа «BREAK» включает в себя учебно-тренировочные занятия, направленные на развитие и совершенствование основных физических качеств, а также подготовку и участие в концертных мероприятиях, соревновательной деятельности.</p> <p>В программе изучаются разные стили Хип-Хоп танцев (Breaking, Hip-Hop, Popping, и др.). С их помощью учащиеся учатся раскрывать свою индивидуальность, и формируют свой танцевальный образ (стиль). Кроме того, учатся использовать</p>

		танцевальные навыки в работе с командой.
7.	Общая физическая подготовка	<p>В программе прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, гибкости, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.</p> <p>В группы зачисляются лица, имеющие допуск врача. Занятия строятся по типу физкультурно-оздоровительной работы и направлены на разностороннюю физическую подготовку. Возможно комплектование групп, включающих детей с разным уровнем физического развития. Объем нагрузки зависит от возраста и индивидуальных особенностей учащихся.</p>
8.	«Американский футбол»	<p>«Американский футбол» - программа физкультурно-спортивной направленности. Она реализуется в МОУ «Петровский дворец» с 2014 года. Программа направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья, а также на развитие скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости.</p>
9.	«Флорбол»	<p>Флорбол или хоккей в зале – командный вид спорта из семейства разновидностей хоккея с мячом. Играется в закрытых помещениях на твёрдом ровном полу пластиковым мячом, удары по которому наносятся специальной клюшкой.</p> <p>Программа "Флорбол" предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Непосредственными условиями выполнения этих задач является многолетняя, целенаправленная подготовка учащихся: привития интереса к систематическим занятиям</p>

		<p>физической культурой и спортом, подготовка и выполнение нормативов общей физической подготовки. Основной задачей работы в учебно-тренировочных группах является дальнейшая техника – тактическая подготовка юных флорболистов, а также знакомство с игровой специализацией по функциям игроков.</p>
10.	«Логические игры»	<p>В программе идет обучение малоизвестным, но увлекательным и перспективным логическим настольным играм разных народов. На занятиях изучаются логические игры разных стран и народов. Примеры: «Мельница», «Оваре», «Фанорону», «Блокус».</p> <p>В результате занятий по данной программе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • улучшаются навыки счёта, • повышается концентрация внимания, • дети учатся общению, игровому этикету, • знакомятся с новыми людьми, заводят друзей, • узнают много интересного о культуре стран, в которых появились те или иные игры.
11.	«Брейк-данс»	<p>Система тренировок по программе «Брейк-данс» направлена на общее развитие растущего организма ребенка и предназначена, прежде всего, для ребят с творческой искрой, желающих заниматься спортом, в котором нет границ для импровизации. Это спортивный современный танец – система аэробной нагрузки с максимальной долей танцевальных элементов и стилей.</p>
12.	"Оздоровишка"	<p>В программе прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, гибкости, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.</p>

		В группы зачисляются лица, имеющие допуск врача. Занятия строятся по типу физкультурно-оздоровительной работы и направлены на разностороннюю физическую подготовку. Возможно комплектование групп, включающих детей с разным уровнем физического развития. Объем нагрузки зависит от возраста и индивидуальных особенностей учащихся.
13.	«Спортивные игры»	Программа "Спортивные игры" имеет 3 направления: волейбол, баскетбол, настольный теннис. Разнообразие тренировочного процесса с постоянной сменой вида деятельности сохранит устойчивый интерес к занятиям и поможет ребёнку познакомиться с различными видами спортивных игр, что, возможно, станет началом его спортивной карьеры.
14.	«Логические игры» (адаптированная ДООП)	Реализуется на основе договора о сетевой форме обучения на базе ГОУ РК «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 21». На занятиях обучающиеся знакомятся с логическими играми разных стран и народов: «Мельница», «Оваре». В результате занятий по данной программе: <ul style="list-style-type: none"> • улучшаются навыки счёта, • повышается концентрация внимания, • дети учатся общению, • знакомятся с культурой стран, в которых появились те или иные игры.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Основные показатели реализации программы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей, выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки, результаты участия в соревнованиях.

Личностные:

- формирование мотивации к обучению;

- получение опыта взаимодействия в коллективе, умение работать как индивидуально, так и в малой группе;
- умение составлять режим дня;
- развитие самостоятельности;
- умение ставить цели и добиваться их;
- осознание важности укрепления здоровья;
- осознание собственных возможностей для достижения результата в конкретном виде спорта.

Метапредметные:

- осознание роли спортивных игр в жизни;
- знание правил оказания первой медицинской помощи, умение применять их;
- получение навыка судейства в спортивных играх;
- умение контролировать физические и эмоциональные нагрузки, основываясь на своих индивидуальных особенностях.

Предметные:

- осознание важности значения общей и специальной разминки, умение ее проводить;
- осознание роли физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- соблюдение техники безопасности при изучении спортивных игр;
- владение спортивной терминологией;
- знание правил спортивных игр;
- понимание места спортивных игр в системе физической культуры, физического воспитания; возможностей спортивных игр как оздоровительной системы;
- знание технических и тактических элементов спортивных игр.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Приложение 2

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для занятий по данной программе необходимо наличие спортивного зала со следующим инвентарем и оборудованием:

- Щит баскетбольный с кольцом – 2 шт.
- Мячи баскетбольные – 15 шт.
- Конус-фишки разметочные – 30 шт.
- Волейбольная сетка – 1 шт.
- Волейбольные мячи – 10 шт.
- Судейское кресло – 1 шт.
- Флажки для судьи – 4 шт.
- Стол теннисный – 4 шт.
- Сетка для настольного тенниса – 4 шт.
- Мячи для настольного тенниса – 30 шт.

– Ракетка теннисная – 10 шт.

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

По программам физкультурно-спортивной направленности работает 11 педагогов. Все имеют высшее профессиональное образование по соответствующему направлению подготовки, 1 человек с высшей квалификационной категорией, 7 человек прошли процедуру аттестации на соответствие занимаемой должности человек, 2 – совместителя, 1 – молодой педагог (стаж менее одного года). В течение трех лет все педагоги прошли курсы повышения квалификации в объеме не менее 72 часов.

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Документы, регулирующие нормативно-правовые взаимоотношения в дополнительном образовании МОУ

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.
2. Федеральная целевая программа «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года».
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 марта 2016 г. № 423-р об утверждении «Плана мероприятий по реализации в 2016 - 2020 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р».
4. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха, и оздоровления детей и молодежи».
7. Закон Республики Карелия «Об образовании» от 20 декабря 2013 года № 1755-ЗРК
8. Постановление от 20 июня 2014 года № 196-П г. Петрозаводск «Об утверждении государственной программы Республики Карелия «Развитие образования в Республике Карелия»
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08 сентября 2015 года N 613н «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
10. Устав МОУ «Петровский Дворец», утвержден постановлением Администрации Петрозаводского городского округа от 24.12.2018 № 3837
11. Локальные акты МОУ «Петровский Дворец»

ФОРМЫ И СПОСОБЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании» МОУ «Петровский Дворец» осуществляет мероприятия по промежуточной аттестации обучающихся и текущего контроля освоения программ обучающимися на основании Положения о промежуточной аттестации обучающихся в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении Петрозаводского городского округа «Центр образования и творчества «Петровский Дворец». Промежуточная аттестация – это установление уровня достижения результатов освоения образовательной (общеразвивающей) программы. Цель

аттестации – выявление уровня личностного развития обучающихся, освоения ими теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам программ. Промежуточная аттестация проводится один раз в год, в конце учебного года. Итоговый контроль проводится по завершении освоения образовательной программы в зависимости от сроков ее реализации. Формы контроля определяет педагог с учетом содержания учебного материала, контингента обучающихся, используемых им образовательных технологий и др. Примерными формами текущего контроля, промежуточной аттестации и итогового контроля могут быть: соревнование, турнир, выполнение нормативов.

Моделирование образовательного процесса в системе дополнительного образования невозможно без знания и использования методов организации образовательной деятельности на занятии. В области методов больше всего проявляется собственное творчество педагога, его индивидуальное мастерство, и поэтому методы всегда были и останутся сферой высокого педагогического искусства. На занятиях учебных групп и коллективов педагог может использовать как один метод, так и одновременно сочетать несколько методов, при этом они будут взаимопроникать друг в друга, характеризуя разностороннее взаимодействие педагогов и обучающихся.

Методы (способы) аттестации: педагогическое наблюдение, беседа с обучающимся и родителями, тестирование.

Программа обеспечивает процесс дополнительного образования детей и подростков по трем уровням компетентностного подхода в образовании детей, соответствующим общеразвивающему уровню освоения дополнительных общеразвивающих программ: стартовому, базовому и продвинутому.

«Стартовый уровень» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

«Базовый уровень» предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

«Продвинутый уровень» предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным разделам в рамках содержательно-тематического направления программы, а также участие в республиканских, региональных соревнованиях.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы организации учебного процесса: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, игровой.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Формы организации учебного занятия: учебно-тренировочные занятия, соревнования, открытые занятия, беседа, тестирование.

Алгоритм проведения занятий, этапы занятия:

- организационный;
- вводный инструктаж;
- подготовительная часть;
- основная часть (практическая);
- заключительная часть, подведение итогов занятия.

Используемые педагогические технологии: игровые, направленные на формирование устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности и самообразованию.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, мотивация, упражнение, соревнование.

Основная форма занятий: учебно-тренировочные занятия.
Дополнительная форма занятий: соревнование.