

## АННОТАЦИЯ

### к рабочим программам обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Лыжные гонки» на 2021-2022 учебный год

В муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального образования «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия) реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по лыжной гонке.

Рабочая программа по дополнительной *общеразвивающей* программе составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Уставом МАУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия).

Рабочая программа является основным документом учебно-тренировочной работы. Трудоемкость общеразвивающей программы определяется из расчета 42 недель в год. В основу разработки данной Программы лег результат обобщения многолетнего передового опыта работы тренеров-преподавателей с обучающимися. Рабочие программы составлены с учетом местных условий и материально-технических возможностей.

**Актуальность и педагогическая целесообразность** обусловлена тем, что занятия несут положительный оздоровительный эффект, являются компенсацией недостаточной двигательной активности современных детей, формируют и совершенствуют двигательные умения и навыки, улучшают функциональные возможности организма, воспитывают нравственно-волевые качества

**Цель программы:** создать условия для развития двигательной активности обучающихся, путем вовлечения их к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством организованных занятий лыжными гонками.

**Задачи:** общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Лыжные гонки»:

#### 1. Образовательные:

- приобретение навыков контроля состояния здоровья и физической работоспособности;
- научить основам техники передвижения на лыжах;
- научить умело, использовать рельеф местности при передвижении на лыжах;
- приучать использовать полученные знания и умения для самостоятельных занятий.

#### 2. Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, сознательную дисциплину, внимание, настойчивость и волевые качества;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни;

- воспитывать патриотизм и любовь к родному краю;
- привитие стойкого интереса к занятиям физкультурой и лыжным спортом.

### **3.Развивающие:**

- развивать природный потенциал каждого ребенка;
- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности обучающихся;
- всестороннее гармоничное развитие физических способностей;
- развивать мотивацию и положительное отношение к занятиям;
- способствовать закаливанию организма и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

**Новизна** программы направлена на удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей детей в области физической культуры и спорта.

Возраст обучающихся, на который рассчитана данная образовательная программа от 7 до 12 лет. В спортивно-оздоровительные группы зачисляются дети в возрасте от 7 лет до 12 лет, имеющие медицинский допуск к занятиям физической культурой и спортом, желающие заниматься лыжными гонками, не достигшие возраста для зачисления на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам или не прошедшие индивидуальный отбор.

#### **Основные показатели выполнения программных требований:**

##### **На спортивно-оздоровительном этапе:**

- стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств обучающихся;
- уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

##### **Ожидаемые результаты:**

##### **В результате освоения программы, обучающиеся должны знать:**

1. Основные понятия, термины лыжных гонок.
2. Историю развития лыжного спорта.
3. Основы правил соревнований в избранном виде спорта.

##### **В результате освоения программы, обучающиеся должны уметь:**

1. Применять правила безопасности на занятиях.
2. Владеть основами гигиены.
3. Соблюдать режим дня.
4. Основы владения техникой передвижения на лыжах.

##### **Способы определения результативности.**

Уровень освоения Программы определяется при прохождении итоговой аттестации, проводимой в конце учебного года.

Критериями успешности обучения служат положительная динамика уровня общей физической подготовленности, определяемая по результатам контрольных нормативов по ОФП и желание продолжить обучение по дополнительной предпрофессиональной программе. Положительноехождение итоговой аттестации по окончании освоения Программы дает основание для приема обучающегося на обучение по дополнительной предпрофессиональной программе.

Продолжительность одного занятия при реализации образовательных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и не может превышать в группах спортивно-оздоровительного этапа не более 2-х часов.

По форме обучения – очное и (или) с целью принятия дополнительных мер по предупреждению распространения коронавирусной инфекции (сovid-19) – с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Сроки реализации Программы 1 год.

Директор  
МАУ ДО «ДЮСШ»  
МО «Мирнинский район»



Н.Е. Дементьев