

АННОТАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
«ЮНЫЙ СПОРТСМЕН»
(МБОУ ДО ДЮЦ, г.Краснодар)

Для обучения детей и подростков основам акробатики в организации дополнительного образования была разработана **дополнительная общеобразовательная программа «Юный спортсмен»**, относящаяся к **физкультурно-спортивной направленности**. Программа может быть реализована в режиме электронного обучения с применением дистанционных технологий.

Содержание дополнительной общеобразовательной программы «Юный спортсмен» ориентировано на:

создание необходимых условий для личностного развития детей, позитивной социализации;

удовлетворение индивидуальных потребностей детей в занятиях физической культурой и спортом;

формирование двигательных умений и навыков, развитие физических способностей и морально-волевых качеств детей, выявление, развитие и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности;

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Актуальность предлагаемой программы определяется потребностью детей в занятиях физической культурой, в частности, акробатикой, а также с активным развитием и ростом популяризации детско-юношеского спорта.

Новизна программы заключается в применении игрового метода при обучении элементам акробатики и развитии физической подготовленности на этапе начального обучения, тем самым повышая интерес к занятиям у школьников.

Данная программа **педагогически целесообразна**, так как при ее реализации выполняются основные принципы спортивной подготовки юных спортсменов и формируются двигательные умения и навыки, воспитываются физические качества и психические свойства обучающихся в полном соответствии с закономерностями периодизации онтогенеза.

Отличительная особенность программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что основной стратегической целью программы является привлечение детей к занятиям физической культурой и спортом и, как следствие, достижение максимальных индивидуальных результатов. Программой предусматриваются строевые упражнения, ОРУ, вольные упражнения со снарядами, простые прыжки, парно-групповые акробатические упражнения, элементы художественной гимнастики, подвижные игры. Методика реализации программы соответствует возрасту и уровню физической подготовленности детей, особое внимание уделяется психологической подготовке каждого ребенка.

Структура занятий строится на принципах индивидуализации, системности, доступности, гетерохронности, волнообразности и вариативности нагрузок.

Учебный процесс каждого года обучения состоит из двух периодов: начального и основного. Каждый период имеет свои задачи, в соответствие с которыми используются те или иные средства обучения. Основной формой работы является групповое учебно-тренировочное занятие по расписанию. Кроме организованных занятий обучающиеся должны самостоятельно проводить утреннюю зарядку, выполнять индивидуальные задания педагога по совершенствованию своей физической и специальной подготовленности. Предусматривается изучение теоретического материала, проведение практических занятий, участие в соревнованиях и показательных выступлениях.

Изучение теории осуществляется в форме 10-15 минутных бесед, которые проводятся во время занятий. Используются наглядные пособия, схемы, видеозаписи выполнения отдельных элементов лучшими учащимися (с последующим разбором продемонстрированной техники). В конце занятий педагог рекомендует для групп совершенствования специальную литературу для самостоятельного изучения.

Каждое занятие начинается с построения группы, объяснения задач занятия. Для эмоционального подъема рекомендуется применять игры, эстафеты. Занятие заканчивается общим построением и кратким подведением итогов. С самого начала обучения школьников необходимо обучать приемам страховки и помощи при выполнении акробатических элементов и в освоении различных движений.

Программа ежегодно обновляется с учетом развития физической культуры, технологий и социальной сферы.

Адресат программы программа «Юный спортсмен» предназначена для детей от 8 до 14 лет. Количество детей в группах – 10-12 человек. Это способствует соблюдению санитарно-гигиенических норм, свободному распределению обучающихся по залу для того, чтобы каждый воспитанник мог видеть педагога и наоборот.

К занятиям допускаются дети и подростки, имеющие письменное разрешение врача.

Объем и сроки реализации

Программа рассчитана на два года обучения. Режим занятий согласно требованиям СанПиН для первого года обучения два раза в неделю по 2 часа. Для второго года обучения три раза в неделю по 2 часа.

Уровень программы – базовый.

Формы обучения – очная, (занятия могут проводиться и в дистанционном режиме).

Особенности организации образовательного процесса

Формы организации детей на занятии: групповая, индивидуальная.

Формы проведения занятий: комбинированное, практическое, самостоятельная работа, дружеская встреча, соревнование.

Программа обучает элементам спортивной акробатики, также применяются строевые упражнения, ОРУ, вольные, упражнения на снарядах и со снарядами, простые прыжки, парно-групповые акробатические упражнения, элементы художественной гимнастики, подвижные игры.

Программа состоит из 3 модулей, дополняющими друг друга. Каждый из модулей имеет свою специфику и направлен на решение собственных целей и задач.