

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юниор»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной **направленности «Юниор»** направлена на формирование здорового образа жизни, укрепление здоровья, а также удовлетворение потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом.

Программа модифицированная, составлена на основе изучения программ данного направления и на основе авторской образовательной программы «Развитие», составители: Казак С.А., педагог дополнительного образования и Дурина Е.А. методист ГБПОУ «Московский колледж управления, гостиничного бизнеса и информационных технологий «Царицыно» с изменением структуры программы и коррекцией содержания.

Цель программы: формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в здоровом образе жизни, целостному развитию физических качеств, а также приобщение детей к регулярным занятиям спортом.

Программа «ЮНИОР» рассчитана на детей 11– 15 лет. Особенности учебной деятельности детей определяются их возрастными физиологическими, психологическими и физическими особенностями. Группы комплектуются одновозрастные, постоянного состава. В группу принимаются дети, проявляющие интерес к занятиям спортом и физкультурой, имеющие справку о состоянии здоровья. Состав группы 12-15 человек.

Режим работы составляет 4 часа в неделю, 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность учебно - тренировочного занятия - 40 минут. Программа рассчитана на 1 год обучения. Всего: 144 часа.

Программа базового уровня предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках

содержательно-тематического направления программы «Юниор», а именно теорию физической культуры и спорта; общую физическую подготовку, специальную подготовку по некоторым видам спорта.