

Аннотация к рабочей программе дополнительного образования «Русская лапта»

Рабочая программа по дополнительному образованию «Русская лапта» разработана в соответствии и на основе содержания национальной игры «Русская лапта».

Цель программы: удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся посредством вида спорта русская лапта.

Задачи программы:

- гармоничное физическое развитие юных спортсменов, разносторонняя подготовка;
- укрепление здоровья, закаливание;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, а также применение их в различных по сложности условиях;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающихся;
- создание системы отбора учащихся для занятий в спортивных секциях.

Направленность: физкультурно-спортивная

Контингент обучающихся: в объединение зачисляются все желающие при наличии заявления родителей и допуске врача.

Программа рассчитана на детей 11 – 17 лет

Продолжительность реализации программы: 1 год

Режим занятий: количество часов в неделю - 2 часа.

Количество часов в год – 70 часов.

Формы занятий: теоретические и практические по разделам:

Вводное занятие

Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Техническая подготовка

Интегральная подготовка

Контрольные игры и соревнования.

Контрольно-переводные испытания.

Ожидаемый результат: в процессе реализации программы ребенок должен научиться

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Формами контроля является сдача учащимися контрольных нормативов и участие в соревнованиях различного уровня. В период проведения контрольных нормативов учащиеся сдают виды по общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплексы контрольных испытаний.

Участие в соревнованиях различного уровня по русской лапте – промежуточная аттестация. Система тестирования позволит оценить динамику развития физических качеств учащихся – итоговая аттестация.