**Аннотация**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

физкультурно – спортивного отделения «Фигурное катание»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Название программы | «Фигурное катание» |
| 2 | Тип программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, модифицированная |
| 3 | Актуальностьпрограммы | в условиях дополнительного образования она призвана способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, развитию физических, психических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям. |
| 4 | Направленность | физкультурно - спортивная |
| 5 | Уровень программы | стартовый (первый, второй год обучения), базовый (третий год обучения) |
| 6 | Адресат программы | Программа ориентирована на учащихся 6-14 лет, |
| 7 | Форма обучения | Очная |
| 8 | Объём программы | 648 часов |
| 9 | Срок реализации программы | Программа рассчитана на 3 года обучения |
| 10 | Формы и методы работы | *Формы занятий*: Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, экскурсии, конкурсы, соревнования*Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса:* - метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; - метод максимальности и постепенности повышения требований; - метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; - метод избыточности, предполагающий применение тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные; - метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе*Дидактический материал, техническое оснащение*: - фотографии, рисунки, таблицы, схемы по темам программы, - CD – диски с классической, инструментальной, народной музыкой,- DVD – диски с выступлениями прославленных фигуристов  - обучающие видео материалы и видео слайды по технике обучения фигурному  катанию;- видео материалы мастер – классов знаменитых фигуристов.-оборудование и инвентарь |
| 11 | Основная форма занятий | групповая  |
| 12 | Цель программы | обучить основам фигурного катания на коньках учащихся дошкольного и младшего школьного возраста в условиях массовых форм занятий |
| 13 | Задачи программы | **Задачи*****Воспитательные:***- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющихформирование личности ребенка;- сформировать стойкий интерес к занятиям фигурным катанием на коньках испортом вообще;- применять полученные знания, умения и навыки в повседневной жизни.***Развивающие:***- развивать и совершенствовать физические и психомоторные качества,обеспечивающие высокую дееспособность;-способствовать обогащению двигательного опыта благодаря разнообразиюфизических упражнений;- развивать общую эстетическую культуру;- развивать физические качества: быстроту, гибкость, координацию и выносливость;- разучивать сложные элементы фигурного катания на коньках и совершенствоватьранее освоенные. ***Обучающие:***- совершенствовать основы техники фигурного катания;- формировать навыки здорового образа жизни;-изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;- обучить самостоятельно проводить разминку по ОФП и ТП;- ознакомить учащихся со способами самоконтроля состояния здоровья на занятиях вспортивном зале, на ледовой площадке и дома.  |
| 14 | Планируемые результаты | ***Личностные:***- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;-освоение правил здорового и безопасного образа жизни. ***Метапредметные:*** 1.Регулятивные - уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;- распределение функций и ролей в совместной деятельности; - конструктивное разрешение конфликтов; - адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата 2. Познавательные - перерабатывать полученную информацию, делать выводы; - преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.3. Коммуникативные - взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игр ;- договариваться и приходить к общему решению в совместной; деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов***Предметные:***Освоив программу **первого года** обучения обучающиеся должны Знать:-правила поведения на занятиях по фигурному катанию в спортзале, на катке и в раздевалке в целях предупреждения травматизма;-правила экипировки и шнуровки ботинок;-позиции фигуриста;- правила гигиены и режима питания фигуристаУметь:-правильно падать на льду;-принимать правильное положение тела при катании на коньках;-овладеть специальными подводящими упражнениями в помещении без коньков и на коньках;-овладеть азами фигурного катания (торможения, скольжение на одной, двух ногах вперед, назад, менять направление скольжения, скольжение на ребрах, вращение на двух ногах, подскоки); - выполнять простые связки из разученных элементовОсвоив программу **второго** года обучения обучающиеся должныЗнать: -правила самостоятельных занятий на коньках;-правила проведения разминки на занятиях фигурным катанием в спортзале;-виды фигурного катания на коньках.Уметь:-применять полученные знания, закрепленные двигательными умениями и навыками в фигурном катании на коньках;-выполнять шаги произвольного катания, дуги, повороты, спирали вперед;-выполнять простые вращения на двух ногах и одной ноге;-выполнять простые подскоки Освоив программу **третьего** года обучения, учащиеся должны знать:- элементы, входящие в классификацию разряда « Юный фигурист»;- названия основных элементов фигурного катания, прыжков и вращений;- правила построения программ в фигурном катании;- короткая и произвольная программы в соревнованиях по фигурному катанию на коньках;уметь:- выполнять элементы контрольных нормативов по ОФП, СФП и для технической подготовки;- выполнять элементы, входящие в классификацию разряда «Юный фигурист». |
| 15 | Автор составитель иреализатор программы | Трухин Олег Валерьевич, педагог дополнительного образования |