Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Название программы: «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей»».

ФИО полностью, должность автора(ов) программы: педагог дополнительного образования МБУ ДО ДЮЦ с. Чугуевка Дедков Сергей Сергеевич

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения: базовый (основной, общекультурный)

Возраст обучающихся: 5-18 лет.

Форма обучения: очная, групповая, подгрупповая, индивидуальная. Основная форма обучения – групповая**.**

Особенности организации образовательного процесса: Объем программы: 648 часов. Срок реализации – 3 года. Занятия на базовом уровне проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа с 10 минутным перерывом каждые 40 минут.

Дистанционные образовательные технологии: не применяется.

Электронное обучение: не применяется.

Программа реализуется в сетевой форме: не применяется.

Используются технологии наставничества: не применяется.

Заболевания:

Требуется наличие мед.справки: об отсутствие противопоказаний к занятиям спортом.

Адрес реализации программы: Приморский край, Чугуевский МО, с. Чугуевка, ул. 50 слет Октября, д. 191.

Краткое описание программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бокс» разработана на основании типовой программы для детско-юношеских

спортивных школпо боксу, обобщения научных исследований в области детско-юношеского спорта и системы многолетней спортивной подготовки, передового опыта работы тренеров с юными боксерами и боксерами национальных сборных команд различных возрастных групп. При разработке настоящей программы использованы нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке юных спортсменов, полученные на основе научно-методических материалов и рекомендаций по подготовке спортивного резерва последних лет.

В данной программе представлены модель построения системыподготовки, план построения тренировочного процесса, тренировочные занятия разной направленности. Определена общая последовательность изучения программного материала, контрольные и переводные нормативы, вовлечение максимального числа детей и подростков в систему спортивной подготовки по боксу, направленную на гармоническое развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники бокса, волевых и морально-этических качеств личности, формирования потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медико-восстановительные мероприятия; тестирование и медицинский контроль; участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах. Особенностью планирования программного материала является сведение максимально возможных параметров нагрузок, средств и методов тренировки и контроля в одну принципиальную схему годичного цикла тренировки.

Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки боксеров: теоретическую, физическую, технико-тактическую, психологическую и соревновательную.

Цель программы: овладение обучающимися основами технико-тактических приемов в боксе посредством занятий и соревнований.

Задачи:

- формирование специальных знаний, умений, навыков, необходимых для - успешных занятий боксом;
- формирование знаний по личной гигиене обучающихся.
- воспитание морально-волевых и этических качеств личности;
- воспитание культуры здорового образа жизни;
- воспитание коллективизма, взаимовыручки и выносливости;
- профилактика асоциального поведения;
- развитие физических качеств (силы, выносливости, ловкости);
- привитие интереса к боксу и воспитание спортивного трудолюбия;
- укрепление здоровья и всесторонняя физическая подготовка;
- изучение основ техники и тактики боя на дальней дистанции (особое - внимание - формированию правильной техники);
- ознакомление с теоретическими сведениями;
- приобретение некоторого опыта участия в соревнованиях;

Воспитательные:
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Развивающие:
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в хоккее;
- освоение знаний о хоккее, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по шайбе и остановок;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения шайбы;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения шайбой и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять при этом хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

Предметные результаты

Обучающиеся будет знать:
- терминологию;
- историю мирового и отечественного хоккея;
- основы техники игры – стойки, перемещения, имитация ударов клюшкой, упражнения на тренажерах, специфика катания на коньках, изучение ударов, бросков шайбы, и основных приемов игры на льду основные и специальные элементы игры в хоккей;
- краткие сведения о значении занятий физкультурой и спортом для развития и здоровья человека, основные виды профилактики заболеваний и травм;
- техники безопасности,

- значение гигиены, режима дня, закаливания, врачебного контроля, самоконтроля
учащегося;
- организацию занятий физическими упражнениями, правильность выполнения различных физических упражнений
- теоретические знания по разделам теоретической подготовки
Будут уметь:
- играть по упрощённым правилам;
- выполнять упражнения с шайбой;
- владеть клюшкой;
- выполнять различные торможения на роликовых коньках;
- выполнять различные приемы клюшкой при передаче шайбы игроку;
- выполнять контрольные нормативы;
- играть в команде;
- вести себя в соревновательной деятельности;
- выполнять основные физические упражнения;
- правильно распределять свои силы для выполнения физических нагрузок;
- поддерживать свой уровень физической подготовленности;
- с понимание относится к другим ребятам.
- выполнять контрольные нормативы по общей и специальной физической и технической подготовке
У обучающихся будут развиты:
- мотивация к занятиям хоккеем;
- коммуникативные навыки, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия в команде;
- устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- внимание, память, мышление, воображение;
- выносливость, быстрота, сила, реакция, ловкость;
- стремление к достижению общего результата;
- соответствующий возрасту уровень технико-тактической подготовки;

- навыки командной игры, игра в большинстве и в меньшинстве.

Будут воспитаны, сформированы и развиты:

- общечеловеческие ценности, общая культура;
- понимание необходимости здорового образа жизни и сформированность навыков ЗОЖ.
- коммуникативные навыки; умение свободно общаться с окружающими; толерантность.
- чувство ответственности за общий результат;
- организованность и пунктуальность.

Средства обучения:

Полный текст образовательной программы представлен по ссылке