

**Аннотации**  
**к рабочим программам МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт»**  
**на 2023-2024 учебный год**

Наименование рабочей программы	Аннотация
<p style="text-align: center;">Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по лыжным гонкам</p>	<p>Программа предназначена для обучающихся 6-18 лет и рассчитана на 1 год обучения. Как утверждают отечественные и зарубежные ученые, здоровье человека зависит не только от успехов здравоохранения, но и на 50% от образа жизни. Все еще недостаточно в нашем обществе уделяется внимания вопросам профилактики заболеваний путем выработки здоровых навыков поведения детей в семье. Сегодня наблюдается тенденция ограничения самостоятельной двигательной активности детей в семьях. Современные дети и подростки слишком много времени проводят за компьютерными играми, просмотром телепередач, и т.п. Пассивное время препровождение ведет к формированию вредных привычек малоподвижного образа жизни. Одним из спортивных видов физических упражнений, характеризующихся естественностью и доступностью двигательной деятельности для детей, является ходьба на лыжах. Ходьба на лыжах оказывает положительное влияние на физическое развитие и закалку организма ребенка. Она способствует энергичному обмену веществ в организме, усиливает функциональную деятельность внутренних органов, развивает мышечную чувствительность, способствует развитию пространственных ориентировок и координации движений. В детстве имеются наилучшие возможности к усвоению новых двигательных навыков, благодаря легкости образования условно-рефлекторных связей у детей, обусловленных высокой пластичностью функций центральной нервной системы. Чем раньше научение, тем лучше сформируется у ребенка движение, тем прочнее будут навыки в нем.</p> <p>На занятиях лыжами дети освобождаются от ряда лишних движений, тело становится более ловким, сами движения становятся более экономичными, улучшается координации, совершенствуется функция равновесия и т.д. Обучение детей ходьбе на лыжах оказывает положительные эффекты на формирование свода стопы, на формирование осанки, гибкости. При систематических занятиях двигательные возможности ребенка значительно развиваются.</p> <p>Программа направлена на укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей; формирование стойкого интереса к занятиям спортом (вообще); расширение двигательного опыта посредством овладения основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и освоения техники подвижных игр; развитие и совершенствование физических качеств; воспитание морально-волевых качеств (чувство коллективизма, целеустремленность, выдержка, самообладание, настойчивость в достижении положительных результатов, дисциплинированность, привитие навыков культурного поведения); воспитание трудолюбия; организация содержательного досуга средствами физической культуры; отбор перспективных детей для дальнейших занятий лыжным спортом.</p>

Рабочая программа  
по  
дополнительной  
образовательной программе  
спортивной подготовки  
по виду спорта  
«лыжные гонки»

Программа спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» служит основным документом для эффективного построения многолетней подготовки резервов квалифицированных лыжников-гонщиков и содействия успешному решению задач физического воспитания детей и подростков школьного возраста.

Программа предназначена для обучающихся 9-18 лет и рассчитана на 8 лет обучения. Лыжные гонки – циклический зимний вид спорта, в котором соревнуются лица определённой категории (возрастной, половой и т. д.) по времени прохождения дистанции по специально подготовленной снежной трассе с использованием беговых лыж и лыжных палок.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы обусловлена положительным оздоровительным эффектом, компенсацией недостаточной двигательной активности современных детей и подростков, формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков наряду с оптимизацией развития физических качеств, совершенствованием функциональных возможностей организма и повышением работоспособности. Совокупность перечисленных эффектов будет определять физическую дееспособность воспитанников в будущем. Главная ценность лыжного спорта в его массовости, в том, что он побуждает человека систематически готовиться, накапливать силы, выявлять свои возможности, управлять ими сознательно и целенаправленно, приучает постоянно работать над собой.

Программа направлена на всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, формирование волевых и морально-этических качеств личности, потребности к занятиям спортом и ведения здорового образа жизни детей и подростков; вовлечение детей и подростков в систему спортивной подготовки по лыжным гонкам; подготовку лыжников-гонщиков высокой квалификации; воспитание смелых, волевых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов; подготовку инструкторов и судей по лыжному спорту.

Рабочая программа  
по  
дополнительной  
общеобразовательной  
общеразвивающей программе  
по хоккею с шайбой

Программа предназначена для обучающихся 5-18 лет и рассчитана на 1 год обучения. Актуальность программы и ее новизна для системы дополнительного образования определяется всесторонним гармоничным развитием ребенка, разносторонней физической подготовкой, как необходимым фактором для адаптации в современном обществе, укреплением здоровья и формированием здорового образа жизни. Программа направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников. Кроме образовательных задач программа решает и воспитательные задачи: привитие навыков культурного поведения, гуманных чувств, воспитание положительных взаимоотношений в коллективе отрицательного отношения к вредным привычкам и негативным сторонам жизни.

Рабочая программа  
по  
дополнительной  
общеобразовательной  
общеразвивающей программе  
по пауэрлифтингу

Программа предназначена для детей дошкольного, школьного возраста от 6 до 18 лет, учащихся училищ, колледжей. Актуальность и педагогическая целесообразность программы заключается в возможности приобщения детей к занятиям физической культурой и спортом с дошкольного возраста, приобщения юношей и девушек к здоровому образу жизни.

Целесообразность программы заключается в том, что обучающимся не ставится цель спортивных достижений, а целью является укрепление их здоровья, развития жизненно важных физических качеств, увеличения двигательной активности, расширению круга общения людей, даёт возможность сопереживания, эстетического и эмоционального восприятия, что является средством решения социальных и других проблем обучающихся. Кроме образовательных задач программа решает и воспитательные задачи: привитие навыков культурного поведения, гуманных чувств, воспитание положительных взаимоотношений в коллективе отрицательного отношения к вредным привычкам и негативным сторонам жизни.