

**Аннотация к программе дополнительного образования
«Общее физическое развитие с элементами лыжной подготовки».**

Программа рассчитана на три года обучения для детей 10-18 лет

Образовательная программа «Общее физическое развитие с элементами лыжной подготовки» имеет физкультурно-спортивную направленность, уровень освоения – общекультурный.

Дополнительная образовательная программа «Общефизическая подготовка с элементами лыжной подготовки» позволяет приобщить детей к регулярным занятиям лыжным спортом и физкультурой. При создании программы учитывались все последние достижения в области теории, методики и практики проведения занятий по лыжной подготовке.

Цель программы – создать условия для развития двигательной активности обучающихся, путем во влечения их в регулярные занятия по лыжной подготовке.

Задачи программы:

Учебные: – научить основам техники передвижения на лыжах; – научить умело, использовать рельеф местности при передвижении на лыжах; – приучать использовать полученные знания и умения для самостоятельных занятий (наука быть здоровым); – учить использовать в своей речи спортивную терминологию.

Развивающие: – развивать природный потенциал каждого ребенка;

– развивать мотивацию и положительное отношение ребенка к занятиям;

– развивать двигательные качества (выносливость, быстроту, ловкость, силу, координацию движений);

– способствовать укреплению здоровья, закаливанию организма и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

4 Воспитательные:

– воспитывать трудолюбие, сознательную дисциплину, внимание, настойчивость и волевые качества;

– воспитывать сознательный интерес к занятиям национальным видом спорта;

– воспитывать стремление к здоровому образу жизни;

– воспитывать патриотизм и любовь к родному городу;

– воспитывать духовно – нравственные качества поведения в коллективе.

Структура и содержание курса «Общее физическое развитие с элементами лыжной подготовки» задаются в программе в конструкции двигательной (физкультурной) деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент); «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент)