ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности
«Спортивный клуб по обучению дошкольников передвижению на роликовых коньках и лыжах»

Полное наименование ДОО: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Ковдорского муниципального округа «Детский сад №29 "Сказка". Сокращенное наименование (в соответствии с Уставом) – МАДОУ № 29.

Дополнительная образовательная программа реализуется на государственном языке РФ.

Срок обучения 2 года (старшая, подготовительная группа), программа рассчитана на детей 5-7 лет.

Преимущества дополнительной общеразвивающей программы: результатом реализации программы дополнительного образования детей «Спортивный клуб по обучению дошкольников передвижению на роликовых коньках и лыжах» является выполнение программных требований по уровню подготовленности в освоение основных способов передвижения на коньках и лыжах. Программа рассчитана на дошкольников от 5 до 7 лет. Срок реализации 2 года. Первый период (первый год обучения): дошкольники 5-6 лет осваивают передвижение на лыжах и основные элементы лыжных ходов. Второй период обучения (второй год обучения): дошкольники 6-7 лет, осваивают передвижение на роликовых коньках и элементы конькобежной техники.

Цель программы: укрепление здоровья, физическое развитие и подготовленность, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков.

Задачи:

- укрепление здоровья;
- приобщение к занятиям конькобежным и лыжным видами спорта;
- овладение основами техники передвижения на роликовых коньках;
- овладение основами техники лыжных ходов;
- формирование норм общественного поведения;
- выявление задатков, способностей и спортивной одаренности.

Форма обучения по программе – очная, без использования дистанционных технологий, на русском языке.

Возрастная категория обучающихся – 5-7 лет, состав группы постоянный, формируется по возрастным характеристикам.

Нормативный срок освоения программы (продолжительность обучения) – 2 года, общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения необходимых для освоения программы – всего 64 часа.

Минимальное и максимальное число детей, обучающихся в одной группе – от 10 до 20 человек,

Объем учебной нагрузки – дети 5-6 лет 1 занятие (25 минут) 1 раза в неделю, 4 раза в месяц, 32 занятия в год, дети 6-7 лет 1 занятие (30 минут) 1 раза в неделю, 4 раза в месяц, 32 занятия в год.

Планируемые результаты:

1 период обучения 1 модуль:

- знают и соблюдают технику безопасности при ходьбе на лыжах;
- владеют различными способами передвижения на лыжах: ступающим шагом; скользящим шагом;
- владеют навыками передвижения по лыжне скользящим шагом, добиваясь правильной посадки лыжника с одновременным перенесением веса тела с одной ноги на другую, удлиняя шаг, согласовывать работу рук и ног при ходьбе на лыжах без палок;

- владеют навыками ритмичной ходьбы на лыжах, а также чувством уверенности в равновесии;
- умеют выполнять повороты на месте и в движении переступанием; тормозить лыжами «упором»;
- владеют такими специфическими ощущениями для этого вида движений, как «чувство лыж», «чувство снега»;
- владеют навыком поворотов переступанием на месте и в движении; могут уступать лыжню приставным шагом, идущему следом дошкольнику;
- умеют держать дистанцию при ходьбе на лыжах поточно;
- умеют самостоятельно надевать и снимать лыжи и лыжные ботинки. Знают номер своих ботинок, могут различать правую и левую лыжу.
- соблюдают элементарные навыки здоровьесбережения: необходимость правильно дышать во время движения на лыжах, недопустимости переохлаждения, а также чрезмерного потоотделения во время занятий (прививать навык подбора одежды), а также употребления после занятий холодной воды.

2 период обучения 2 модуль
- знают и соблюдают правила безопасности при катании на роликовых и ледовых коньках;
- владеют техникой шнуровки роликовых ботинок;
- владеют базовыми элементами катания на роликовых и ледовых коньках;
- умеют сохранять равновесие при скольжении на двух и одной ноге;
- владеют техникой выполнения разнообразных фигур, а также техниками группировки при падении;
- воспитывать отсутствие «чувства страха» и неуверенности при движении по скользкой опоре на ограниченной площади поверхности.

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников:
Взаимодействие с родителями:
Задачи:
Создание атмосферы общности интересов;
Объединение усилий для развития детей;
Активизация и обогащение педагогического опыта родителей;
Просветительская пропаганда;
Создание условий для реализации программы.
Формы работы:
Анкетирование;
Индивидуальные беседы;
Консультации;
Рекомендации для родителей детей ООП;
Изготовление буклетов, памяток;
Презентация работы кружка «Спортивный клуб по обучению дошкольников передвижению на роликовых коньках и лыжах»;
Выступление на родительских собраниях;
Тематические выставки;
Показ мастер – классов.

МАДОУ №29, Дудина Оксана Васильевна, Заведующая
06.09.2023 12:30 (MSK), Сертификат № 51B99A0004AE55B8497A733AE1723044