

Департамент образования города Москвы
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение города Москвы
«Московский колледж управления, гостиничного бизнеса и информационных технологий
«Царицыно»

Рекомендовано

Методическим советом колледжа
Протокол № 1
от «22» сентября 2016г.

Утверждаю



Директор колледжа
Н.Н. Седова
«23» сентября 2016г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

Фристайл

Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 15-18 лет
Срок реализации: 1 год
Количество часов по программе: 180 часов

Автор-составитель программы:
Чеботарев Л.С., педагог дополнительного образования

Москва
2016

Пояснительная записка

Дополнительное образование детей – целенаправленный процесс воспитания, развития личности и обучения посредством реализации дополнительных образовательных программ, оказание дополнительных образовательных услуг и информационно-образовательной деятельности за пределами основных образовательных программ в интересах человека и его самореализации в раннем возрасте. Дополнительное образование дает реальную возможность выбора своего индивидуального пути. Получение ребенком такой возможности означает его включение в занятия по интересам, создание условий для достижений, успехов в соответствии с собственными способностями. Дополнительное образование детей в дошкольном возрасте позволяет развивать и реализовывать способности, которые зачастую в этом возрасте остаются невостребованными в детских дошкольных учреждениях.

Программа по фристайлу (лыжная акробатика) для детей в возрасте от 5 до 6 лет разработана в соответствии с Федеральной целевой программой «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации» на основе законодательных актов, постановлений и распоряжений Правительства Российской Федерации, постановлений и приказов Федерального агентства по физической культуре и спорту, Федерации фристайла России, регламентирующих работу государственных, муниципальных спортивных школ дополнительного образования с учетом многолетнего передового опыта работы по подготовке юных спортсменов, результатов научных исследований и современного состояния фристайла в России.

Данная программа применима с раннего (детей 5 лет) цикла обучения с учетом возрастных особенностей, является приложением к дополнительной образовательной программе, предназначена в помощь для тренеров-преподавателей начальной подготовки, рассчитана на 2 года и служит фундаментом для эффективного построения многолетней тренировки по фристайлу.

Основа программы – приоритет здоровья над другими ценностями, стремление к достижению физического и духовного благополучия.

Основной подход, реализуемый в программе – формирование, сохранение и укрепление здоровья дошкольников на основе использования всех позитивных факторов:

- сохранение и укрепление здоровья;
- профилактика здоровья детей (формирование осанки, укрепление свода стопы);
- учет и использование физиологических возможностей организма дошкольников в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку;
- всестороннее развитие личности дошкольников 5-6 летнего возраста, формирование устойчивого интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями;

- изучение с детьми упражнений по виду спорта.

Программа по фристайлу содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса на этапе начальной подготовки, обеспечивает последовательность и непрерывность процесса физического воспитания детей дошкольного возраста.

Учебный материал изложен в соответствии с нормативно-правовыми основами, регулирующими деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и программ по видам спорта.