

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «АТЛЕТ»
Рассчитана на детей от 10 до 16 лет. Срок реализации - 3 года.
Программа составлена в соответствии с основными нормативными документами.
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Атлет» имеет туристско-краеведческую направленность. Программа решает проблему занятости детей, позволяет им сочетать спортивные нагрузки с образовательной деятельностью. Учащиеся с разным физическим уровнем подготовленности имеют возможность получить необходимую физическую нагрузку, сформировать потребность к здоровому образу жизни, приобрести умения правильного выполнения атлетических упражнений. Сочетание краеведческого и спортивного компонентов, полученные на занятиях знания особенностей истории своей Малой родины позволяет разнообразить образовательный процесс, уйти от монотонности тренировочных занятий, создать атмосферу самореализации личности, укрепить чувство гордости за свою малую Родину, воспитать физическую культуру. Программа предусматривает формирование личностных качеств занимающихся, в соответствии с исторически сложившимися нормами поведения и морали на кубанской земле, гражданской и спортивной этики. Виды занятий предусматривают проведение тренировок, соревнований, бесед, конкурсов, встреч с интересными людьми и т.д.
Программа ориентирована на интерес учащихся, учитывает их возрастные потребности, помогает реализовать возможности, стимулирует социальную и гражданскую активность.
По окончании 1-го года обучения курса образовательной программы «Атлет» у учащихся сформируется мотивация и потребность к здоровому образу жизни, к борьбе с вредными привычками; усвоятся важнейшие морально-этические ценности; улучшатся показатели физического развития, приобретут первоначальные знания, умения правильного выполнения движений; сформируется интерес к занятиям физической культурой. По окончании 2-го года обучения учащиеся усвоят приемы самоконтроля и элементы закаливания организма; повысят показатели физической подготовленности; усвоят важнейшие морально-этические ценности бережного отношения к человеку и устойчивый интерес к занятиям физической культурой. По окончании 3-го года обучения учащиеся повысят показатели физического развития и физической подготовленности; усвоят приемы самоконтроля, элементы закаливания; освоят приемы оказания первой медицинской помощи; сформируют умения и навыки правильного выполнения атлетических движений.

