

## Описание дополнительной общеразвивающей программы «Секция «Хрустальный конёк»

### Наименование программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Секция «Хрустальный конёк» физкультурно-спортивной направленности.

### Нормативная основа разработки программы

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказом Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 учебном году», с изменениями, внесенными приказами Департамента образования города Москвы от 7 августа 2015 г. № 1308 и от 8 сентября 2015 г. № 2074; СанПиН 2.4.4.3172-14; «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242».

### Органы и должностные лица, принимавшие участие в разработке, рассмотрении, принятии, утверждении программы

Программа разработана педагогом-организатором Григорьевым Николаем Викторовичем и педагогом дополнительного образования Григорьевой Татьяной Алексеевной, принята на Педагогическом совете 29.08.2018 г., утверждена приказом директора № 05/18-19 от 31.08.2018 г.

### Дата утверждения:

31.08.2018 г.

### Срок реализации программы:

40 часов (5 месяцев).

### Возраст обучающихся:

дети 5-14 лет.

### Цель реализации программы:

всесторонняя физическая подготовка, укрепление здоровья учащихся в процессе их обучения простому катанию на коньках.

### Задачи:

*Образовательные:*

- основные задачи обучения катанию на коньках до выхода на лёд:

- создать у занимающихся предварительное представление о катании на коньках, научить их, как шнуруются ботинки, как нужно одеваться;
- научить занимающихся ходить на коньках, приседать, переносить вес тела с одной ноги на другую, балансировать на одном коньке;

- избегать падений.
- основные задачи при обучении на льду – научить:
- скольжению на двух коньках;
  - скольжению на плоскости полоза;
  - самостоятельному движению по прямой;
  - движению по кругу;
  - перебежке;
  - торможению;
  - другим упражнениям простого катания на коньках (скольжение в положении «ласточка», в глубоком приседе на двух ногах и на одной ноге, перебежка вправо, движение спиной вперёд, повороты на месте и на ходу, прыжки на двух коньках и другие);
  - падениям.

### **Планируемые результаты**

В результате обучения учащиеся будут знать:

- правила катания на коньках;
- требования к шнурованию ботинок, одежде для занятий на катке;

будут уметь:

- ходить на коньках, приседать, переносить вес тела с одной ноги на другую, балансировать на одном коньке;
- избегать падений.
- выполнять скольжение на двух коньках;
- выполнять скольжение на плоскости полоза;
- выполнять самостоятельное движение по прямой, движение по кругу;
- осуществлять перебежку, торможение;
- выполнять упражнения простого катания на коньках (скольжение в положении «ласточка», в глубоком приседе на двух ногах и на одной ноге, перебежка вправо, движение спиной вперёд, повороты на месте и на ходу, прыжки на двух коньках и другие);
- выполнять падения по правилам.

### **Организационно-педагогические условия**

Программа предусматривает занятия со всеми категориями детей.  
 Форма проведения занятий: групповая, индивидуально-групповая.  
 Численный состав группы: 12 человек.

### **Режим занятий учебной группы:**

два часа в неделю;

### **Краткая информация о системе оценивания результатов освоения программы**

Формы контроля и подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- текущий контроль;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация (проводится в форме защиты проектов).