**Аннотации**

**к дополнительным образовательным программам**

**физкультурно-спортивной направленности**

**Дополнительная предпрофессиональная программа**

**по виду спорта «Спортивная гимнастика»**

Неисчерпаемое многообразие всевозможных упражнений. Процесс поиска новых элементов нескончаем. Какого бы совершенства ни достигла гимнастика, постоянно происходит обновление ее программы, разучиваются все новые и новые упражнения. В подготовительном периоде, когда формируется костяк будущих комбинаций, разучиванию новых движений посвящаются порой целые тренировочные занятия. Подобные занятия характеризуются не столько большим объемом физической нагрузки, сколько повышенным напряжением координационных и психических функции обучающихся.

Легкость, изящество, безупречная техника — только при таком исполнении можно рассчитывать на высокую оценку. Для закрепления и совершенствования освоенных двигательных действий используются тренировочные занятия, в которых осуществляется шлифовка отдельных упражнений, происходят индивидуализация техники, соединение элементов в комбинации и отработка этих комбинаций.

Спортивная гимнастика — это вид спорта со стереотипными движениями, способствующими физическому развитию обучающихся и совершенствованию их двигательных способностей.

**Цель программы** - реализация тренировочного процесса на этапах многолетней спортивной подготовки, конечной цельюкоторой является воспитание высококвалифицированных спортсменов, отвечающих современным требованиям и способных добиваться высоких спортивных результатов.

**Программа** рассчитана на 10 лет обучения. В процессе приобретения необходимых навыков обучающиеся участвуют в соревнованиях различного уровня.

Реализуется на бесплатной основе в рамках муниципального задания.

**Дополнительная предпрофессиональная программа**

**по виду спорта «Баскетбол»**

В системе физического воспитания баскетбол приобрел такую популярность из-за экономической доступности игры, высокой эмоциональности, большого зрелищного эффекта и самое главное, что эта игра благоприятно воздействовала на организм человека.

Баскетбол - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряжённые с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Эффективность воспитания зависит, прежде всего, от того, насколько целеустремленно в педагогическом процессе осуществляется взаимосвязь физического и нравственного воспитания.

Закрепление достигнутых результатов и дальнейшее повышение уровня спортивного мастерства тесно переплетаются с массовой оздоровительной работой и квалифицированной подготовкой резервов из наиболее талантливых юношей и девушек. Такие резервы подготавливаются в специализированных детских спортивных школах.

**Основная цель программы** - реализация тренировочного процесса на этапах многолетней спортивной подготовки, конечной цельюкоторой является воспитание высококвалифицированных спортсменов, отвечающих современным требованиям и способных добиваться высоких спортивных результатов.

**Программа** рассчитана на 10 лет обучения. В процессе приобретения необходимых навыков обучающиеся участвуют в соревнованиях различного уровня.

Реализуется на бесплатной основе в рамках муниципального задания.

**Дополнительная предпрофессиональная программа**

**по виду спорта «Хоккей»**

Хоккей с шайбой – командная спортивная игра на люду, заключающаяся в противоборстве двух команд на коньках, которое передавая шайбу клюшками стараются забить шайбу в ворота соперника. При этом надо постараться, защитить свои ворота. Кто больше забьет, тот и выиграл. Игра проходит в высоком темпе и насыщена острыми, неожиданными, быстро сменяющимися ситуациями. Для хоккея с шайбой характерны разнообразные движения: катание и бег на коньках, остановки, повороты, владение клюшкой, броски и ведение шайбы с помощью клюшки, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Хоккей – это скорость, динамика, мышление, большие нагрузки. Чтобы играть в хоккей нужно быть достаточно смелым и с сильным характером.

Разнообразие технических и тактических действий во время игры и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в хоккей и сопряжённые с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

Занятия хоккеем помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Эффективность воспитания зависит, прежде всего, от того, насколько целеустремленно в педагогическом процессе осуществляется взаимосвязь физического и нравственного воспитания.

Закрепление достигнутых результатов и дальнейшее повышение уровня спортивного мастерства тесно переплетаются с массовой оздоровительной работой и квалифицированной подготовкой резервов из наиболее талантливых юношей. Такие резервы подготавливаются в специализированных детских спортивных школах.

Физическая подготовка в хоккее – процесс воспитания двигательных способностей и поддержание их на высоком уровне, обеспечивающем высокую эффективность игровым действиям.

**Основная цель программы** - реализация тренировочного процесса на этапах многолетней спортивной подготовки, конечной цельюкоторой является воспитание высококвалифицированных спортсменов, отвечающих современным требованиям и способных добиваться высоких спортивных результатов.

**Программа** рассчитана на 10 лет обучения. В процессе приобретения необходимых навыков обучающиеся участвуют в соревнованиях различного уровня.

Реализуется на бесплатной основе в рамках муниципального задания.

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**по виду спорта «Баскетбол»**

Баскетбол – одна из самых популярных игр в мире. Одна из самых массовых и зрелищных видов спора. Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Он является увлекательной, атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, уверенность в себе, воспитывает чувство коллективизма. Баскетбол – командный вид спорта.

В основу учебной программы заложены нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ и основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

**Основная цель программы** — создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям баскетболом. Привлечение детей к регулярным занятиям физической культурой посредством организованных занятий, пропаганда здорового образа жизни, отбор одаренных детей для занятий баскетболом, развитие основных физических качеств (быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание.

**Программа** рассчитана на 10 лет обучения. В процессе приобретения необходимых навыков обучающиеся участвуют в соревнованиях различного уровня.

Реализуется на бесплатной основе в рамках муниципального задания.

 **Дополнительная общеразвивающая программа**

 **по виду спорта «Спортивная гимнастика»**

Гимнастика (от греческого "гимназо" - обучаю, тренирую) - система телесных (физических) упражнений, сложившаяся в Древней Греции за много веков до нашей эры - служила целям общего всестороннего физического развития и совершенствования.

Существует и другая, менее убедительная, версия происхождения этого слова от греческого "гимнос" - обнаженный, так как древние занимались телесными упражнениями обнаженными. Гимнастика древних помимо общеразвивающих и военных упражнений, упражнений в верховой езде, плавания, имитационных и ритуальных танцев содержала и упражнения, по которым проводились публичные состязания: бег, прыжки, метания, борьба, кулачный бой, езда на колесницах. Эти виды включались в программы Олимпийских игр древности, проводившихся с 776 года до н.э. по 392 год н.э. в течение 1168лет. В Древнем Китае и Индии, гимнастические упражнения применялись в лечебных целях. В эпоху Возрождения гуманисты рекомендовали греческую гимнастику как средство укрепления здоровья и физического развития человека.

Гимнастические упражнения с древних времен входили в праздничные развлечения народа на Руси. Петр I , а затем и А. В. Суворов ввели военно-гимнастические упражнения в армии.

Благодаря своему прикладному значению, разнообразию технических приемов, увлекательности и доступности, гимнастика получила широкое признание во всем мире, в т.ч. и в нашей стране.

Посредством выполнения гимнастических упражнений решаются частные задачи, направленные на воспитание смелости, настойчивости, находчивости, развития быстроты, гибкости, силы, выносливости, ловкости, чувства равновесия, координации движений, формирование правильной осанки, обучение жизненно необходимым двигательным действиям и умению управлять своими движениями.

Гимнастика содействует воспитанию организованности и дисциплины. Строгий порядок, точная регламентация деятельности занимающихся, выполнение упражнений согласованно, по команде – всё это прививает каждому занимающемуся полезные качества. Нет ни одного вида спорта, где бы не применялись гимнастические упражнения, или в качестве средства общей (специальной) физической подготовки, или в виде упражнений, помогающих освоить технику основных движений избранного вида спорта. Широкое использование музыкального сопровождения, техника гимнастических упражнений, предусматривающая лёгкость и выразительность движений, элегантность действий исполнителя, делают гимнастику эффектным средством эстетического воспитания. Кроме того, в программе обучения предусматривается развитие творческих и интеллектуальных способностей ребенка с помощью составления различных гимнастических комбинаций.

**Основная цель программы** – создание прочной основы для воспитания здорового, сильного и гармонично развитого молодого поколения. Направлена на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте.

**Программа** рассчитана на 10 лет обучения. В процессе приобретения необходимых навыков обучающиеся участвуют в соревнованиях различного уровня.

Реализуется на бесплатной основе в рамках муниципального задания.