

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Горнолыжный спорт – спуск на лыжах по извилистым горным трассам с естественным или незначительно подкорректированным рельефом. От спортсменов во всех дисциплинах требуется быстро и точно пройти специально подготовленную снежную дистанцию, проехав через все расставленные по дистанции ворота, размеченные флажками и древками.

1.1. Направленность программы – физкультурно-спортивная.

1.2. Актуальность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Горнолыжный спорт» разработана в соответствии со следующими документами:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г.; 273-ФЗ.

Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р;

Приказ Министерства Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 г. № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14.

Программа «Горнолыжный спорт» ориентирована на создание необходимых условий для личностного развития воспитанников Нахимовского военно-морского училища, позитивной социализации и профессионального самоопределения, на удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии.

1.3. Отличительные особенности программы.

Характерными свойствами программы, отличающими от других, является образовательная деятельность, направленная на:

- подготовку воспитанников к военной службе;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда воспитанников;
- приобретение военно-прикладных навыков и психологической устойчивости к трудностям.

1.4. Адресат программы – воспитанники Нахимовского военно-морского училища в возрасте от 16 лет.

1.5. Цель – формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в горнолыжном спорте.

1.6. Задачи.

Обучающие

– научить основам техники двигательных действий выбранного вида спорта;
– обучить способам и методам поддержания состояния здоровья и закаливания организма.

– познакомить с историей возникновения горнолыжного спорта как вида спорта;

– познакомить с правилами проведения соревнований и методикой их судейства.

Развивающие:

– развить общую и специальную выносливость, силу, ловкость, быстроту;
– развить эмоциональную и моральную устойчивость.

Воспитательные:

– воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;
– воспитание трудолюбия, готовности прийти на помощь, взаимовыручки.

1.7. Условия реализации программы.

Уровень освоения программы – базовый уровень.

Условия набора – желающие воспитанники с 16 лет (11 кл.) и разрешение врача.

Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения, 34 часа.

1 год обучения – 34 часа

Состав учебных групп.

1 год обучения – 16-20 чел.;

Формы занятий (контроля).

– *по организации* – индивидуально-групповые;
– *по проведению* – теоретическое занятие; практическое занятие; контрольные (соревновательные).

Методы организации занятий.

Словесные методы – создают у воспитанников предварительные представления об изучаемом виде спорта. Для этой цели необходимо использовать: объяснение, рассказ, замечания, команды, указания.

Наглядные методы – применяются главным образом для показа упражнений, наглядных пособий.

Практические методы – метод упражнений и круговой тренировки, соревнования.

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу для группы 1 года обучения. Занятия проводятся в соответствии с расписанием занятий дополнительного образования и распорядком дня Нахимовского военно-морского училища.

1.8 Планируемые результаты программы.

Ожидаемым результатом данной образовательной программы является прочное освоение техники всех видов подъемов и спусков, умение эффективно применять ту или иную технику в постоянно меняющейся ситуации; овладение тактическими действиями; приобретение соревновательного опыта; повышение уровня общей и специальной физической подготовки, таких, как сила, выносливость, ловкость.

Формы определения результативности (эффективности) программы – соревнования внутри учебных групп дополнительного образования по физической и технико-тактической подготовке; отчет (портфолио) детского объединения, контрольная сдача нормативов.

Личностные результаты – готовность и способность к саморазвитию; сформированность ценностно-смысловые установки воспитанников, отражающие их индивидуально-личностную позицию, социальные компетентности и личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

Метапредметные результаты – освоение воспитанниками универсальных учебных действий (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Предметные результаты – освоение учащимися в ходе обучения по программе специфическими знаниями и умениями.