

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Триатлон»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Триатлон» (далее - Программа) разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Дворец спорта для детей и юношества «Олимп» г. Йошкар-Олы» (далее - Учреждение).

Направленность программы:

Физкультурно-спортивная.

Уровень программы:

Разноуровневая.

Адресат программы:

Дети от 7 до 18 лет.

Срок освоения программы:

Программа рассчитана на 8 лет обучения.

Форма обучения:

Очная.

Цели программы:

- формирование базовых основ двигательных навыков триатлона;
- выявление спортивно одаренных детей и дальнейшее развитие способностей в избранном виде спорта.

Задачи программы:

Предметные:

- сформировать систему знаний в сфере «физическая культура и спорт» в целом, и в виде спорта «триатлон» в частности;
- формировать жизненно важные двигательные умения и навыки, составляющие основу техники и тактики триатлона;
- ознакомить с историей и специальными терминами триатлона;
- научить приёмам и методам контроля физической нагрузки на занятиях;
- сформировать навыки регулирования психического состояния.

Метапредметные:

- развить двигательные способности;
- развить представления о мире спорта;
- развивать волю, выносливость, смелость, дисциплинированность;
- развивать социальную активность и ответственность;
- укрепить физическое и психическое здоровье учащихся;
- сформировать основные знания о здоровом образе жизни, оказании первой доврачебной помощи.

Личностные:

- воспитывать нравственные и волевые качества учащихся;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- формировать потребность ведения здорового образа жизни;
- формировать потребность обладания высоким уровнем социальной активности;
- воспитывать самодисциплину, волевые качества учащихся.

Структура учебного плана:

- Теоретическая подготовка.
- Общая физическая подготовка.
- Специальная физическая подготовка.
- Тактическая подготовка.
- Техническая подготовка.
- Инструкторская и судейская практика.
- Участие в соревнованиях.
- Контрольные испытания.

Система контроля:

- годовой;
- текущий;
- оперативный.

Ожидаемые результаты:

Предметные:

- овладение знаниями в сфере «физическая культура и спорт» в целом, и в виде спорта «триатлон» в частности;
- сформированы жизненно важные двигательные умения и навыки, составляющие основу техники и тактики триатлона;
- приобретены знания по истории триатлона;
- изучена специальная терминология триатлона;
- изучены приёмы и методы контроля физической нагрузки на занятиях;
- сформированы навыки регулирования психического состояния.

Метапредметные:

- развиты двигательные способности;
- развиты представления о мире спорта;
- развитие воли, выносливости, смелости, дисциплинированности;
- развита социальная активность и ответственность;
- укрепление физического и психического здоровья учащихся;
- сформированы основные знания о здоровом образе жизни, оказании первой помощи.

Личностные:

- привитие самодисциплины, нравственности и волевых качеств учащимся;
- сформирована привычка к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- сформирована потребность ведения здорового образа жизни;
- сформирована потребность обладания высоким уровнем социальной активности.