

## **Аннотация**

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности для обучающихся по курсу  
**«Лыжные гонки»**

**Цель программы:** Организация спортивной подготовки обучающихся по лыжному спорту для массового общефизического оздоровления детей с различными физическими способностями, с предоставлением им равных возможностей через обучение приемам спортивного мастерства.

Рабочая программа «Лыжные гонки» для обучающихся: 12-17 лет является приложением к Образовательной программе основного общего образования МАОУ СОШ № 66.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования (с изменениями и дополнениями) и с учетом Примерной программы по учебным предметам.

Программа представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы: пояснительную записку, цели, задачи, практическую значимость и общую характеристику курса внеурочной деятельности, место курса, планируемые результаты освоения, содержание курса внеурочной деятельности, тематическое планирование с указанием количества часов на освоение каждой темы.

Программа на уровне среднего образования направлена на достижение следующих задач.

### **Образовательные (предметные):**

- знакомство с техническими приёмами и правилами занятий по лыжной подготовке;
- знакомство с тактическими приемами правильной техники хождения на лыжах для достижения высоких спортивных результатов.;
- знакомство с приёмами и методами контроля физической нагрузки на занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния.

### **Развивающие (метапредметные):**

- развитие у детей основных физических качеств, важных двигательных умений и навыков (ловкости, выносливости, гибкости, координации, быстроты реакции и движений);
- развитие у детей специальных психофизических качеств (оперативного мышления, умения концентрировать и переключать внимание);
- формирование у детей навыков занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

### **Воспитательные (личностные):**

- развитие организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитание привычки к занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни;
- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
- формирование умений в организации и судействе спортивных соревнований.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Митрофанов Василий Анатольевич

Действителен с 29.06.2021 по 29.06.2022