**Аннотация к программе в области физической культуры и спорта**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование | Дополнительная общеразвивающая программа по Лыжным гонкам |
| Общий объём часов | 276 |
| Срок реализации | 1 год |
| Целевая аудитория | обучающиеся от 7 до 18 лет |
| Цели | Создание условий для развития двигательной активности обучающихся, путем вовлечение их в регулярные занятия физической культурой и спортом |
| Особенности реализации: |  |
| Форма обучения | Групповое учебно-тренировочное занятие |
| Режим занятий | 3 раза в неделю по 2 академических часа (2х45 мин.) |
| Планируемые результаты освоения | **Знать**  основную терминологию лыжных гонок, историю развития лыжного спорта;  основные правила спортивных соревнований по лыжным гонкам;  правила безопасности во время занятий спортом.  **Уметь**  владеть основами техники передвижения на лыжах;  соблюдать режим дня и выполнять требования гигиены. |
| Условия реализации: |  |
| Место реализации | Верхнекетский район, п.Клюквинка, ул.Центральная,4 |
| Средства обучения | - Инвентарь для лыжника: лыжи, лыжные палки, ботинки - требуется 30 комплектов на группу, используется 50% времени реализации программы;  - Мяч футбольный - требуется 10 штук на группу, используется 30% времени реализации программы;  - Мяч баскетбольный - требуется 10 штук на группу, используется 30% времени реализации программы;  - Физкультурно-спортивный зал (от 15\*12 м до 36\*18 м) - требуется 1 помещение на группу, используется 100% времени реализации программы;  - Флажки разметочные - требуется 100 штук на группу, используется 50% времени реализации программы;  - Термометр атмосферный - требуется 2 штуки на группу, используется 50% времени реализации программы;  - Гимнастическая стенка (или шведская стенка) - требуется 4 единицы на группу, используется 100% времени реализации программы; - Мат акробатический - требуется 8 квадратных метров на группу, используется 100% времени реализации программы;  - Скакалка гимнастическая - требуется 20 штук на группу, используется 100% времени реализации программы |