**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 |