

## **Программа «Футбол»**

Программа предусматривает формирование интереса к физической культуре и спорту, культуре здорового образа жизни обучающихся, посредством игры в футбол.

Цель программы: Формирование культуры здорового образа жизни обучающихся, укрепление и сохранение здоровья посредством игры в футбол.

### **Вид программы**

Общеразвивающая

### **Продолжительность программы**

3 год 9 месяцев

### **Заболевания**

без ОВЗ

### **Направленность**

Физкультурно-спортивная

### **Возраст**

7 лет - 18 лет

## **Программа «Аэробика»**

Исследования показывают, что в ходе аэробных занятий происходит оздоровление организма. У людей регулярно занимающихся аэробикой, наблюдается увеличение аэробной работоспособности и выносливости. В результате занятий аэробикой происходит укрепление опорно-двигательного аппарата. Параллельно решаются задачи укрепления мышц, увеличения их эластичности и выносливости, улучшения подвижности в суставах. А это является основой хорошего самочувствия, высокой работоспособности и, следовательно, отличного настроения и оптимистичного настроя, которые вместе с отсутствием заболеваний и недомоганий создают ощущение здоровья. Систематические занятия аэробикой способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Цель: Совершенствовать физическое развитие обучающихся и способствовать повышению их функциональных возможностей организма, нетрадиционными для школьной практики, средствами аэробики.

### **Вид программы**

Общеразвивающая

### **Продолжительность программы**

1 год 6 месяцев

### **Заболевания**

без ОВЗ

### **Направленность**

Физкультурно-спортивная

### **Возраст**

7 лет - 9 лет

## **Программа «Юный турист»**

Отличительной особенностью данной программы является форма проведения предлагаемых занятий. Предполагается, что большая часть занятий будет проводиться на открытом воздухе, на школьном дворе или парке, в лесу, поэтому каждая тема занятий - организация активной оздоровительно-спортивной деятельности (физические упражнения; подвижные игры; мини-соревнования; состязания в помещениях и на природе; туристские и оздоровительные прогулки) и познавательно-творческой деятельности обучающихся (экскурсии, беседы; коллективные чтения и обсуждения произведений о природе и путешествиях; изготовление поделок из природного материала, рисование природных объектов).

### **Вид программы**

Общеразвивающая

### **Продолжительность программы**

4 года

### **Заболевания**

без ОВЗ

### **Направленность**

Туристско-краеведческая

### **Возраст**

7 лет - 11 лет

## **Программа «Эстрадный танец»**

На основе изученных элементов различных танцевальных техник педагогом ставятся сюжетные танцы. В их постановке принимают участие и сами дети, проявляя и развивая креативные способности.

### **Вид программы**

Общеразвивающая

### **Продолжительность программы**

4 года

### **Заболевания**

без ОВЗ

### **Направленность**

Художественная

### **Возраст**

7 лет - 11 лет

## **Программа «Волейбол в школе»**

Отличительные особенности программы заключаются в том, что занятия в объединении весьма благотворно воздействуют на развитие двигательных качеств, психики, волевых качеств, формируют прикладные навыки, необходимые в повседневной жизни. Особенно ценны эти занятия в плане развития и совершенствования таких качеств, как быстрота, выносливость, координация движений и ловкость. Обучение по программе способствует воспитанию настойчивости, упорства, развитию коммуникативных качеств, которые необходимы обучающимся для успешной учебы и развития личности.

### **Вид программы**

Общеразвивающая

**Продолжительность программы**

2 года

**Заболевания**

без ОВЗ

**Направленность**

Физкультурно-спортивная

**Возраст**

10 лет - 17 лет

**Студия спортивного бального танца**

В настоящее время спортивные танцы являются массовым видом спорта и за последние несколько лет, этот зрелищный, красочно оформленный вид состязаний, получил значительное развитие. Программа «Студия спортивного бального танца» для школьников в системе дополнительного образования является неотъемлемой частью общего курса обучения спортивному бальному танцу.

**Вид программы**

Общеразвивающая

**Продолжительность программы**

5 лет

**Заболевания**

без ОВЗ

**Направленность**

Художественная

**Возраст**

6 лет - 12 лет