

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Курортного района Санкт - Петербурга «На реке Сестре»

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ  
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Перечень дополнительных общеразвивающих программ  
физкультурно-спортивной направленности**

1. «Шахматы»
2. «Шахматы»
3. «Основы художественной гимнастики»
4. «Спортивные игры»
5. «Общая физическая подготовка»
6. «Настольный теннис»
7. «Настольный теннис»

**Описание и краткое содержание дополнительных общеразвивающих программ  
физкультурно-спортивной направленности**

Название дополнительной общеразвивающей программы	Срок обучения	Возраст обучающихся	Уровень освоения программы	Краткое содержание дополнительной общеразвивающей программы
«Шахматы»	3 года	6-17 лет	Базовый	Данная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности предусматривает повышение уровня знаний среди учащихся, формирование и развитие способности к анализу различных ситуаций. Занятия шахматами помогают человеку развивать логику, мышление, сообразительность, память, внимание, воображение, дружелюбное отношение к людям, к культуре, волевое управление поведением.
«Шахматы»	1 год	6-17 лет	Общекультурный	Данная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности предусматривает повышение уровня знаний среди учащихся, формирование и развитие способности к анализу различных ситуаций.

				Занятия шахматами помогают человеку развивать логику, мышление, сообразительность, память, внимание, воображение, дружелюбное отношение к людям, к культуре, волевое управление поведением.
«Основы художественной гимнастики»	3 года	6-10 лет	Базовый	Художественная гимнастика развивает гибкость, выносливость, ловкость, дисциплинирует человека, совершенствуя его тело, учит владеть им красиво и грациозно, укрепляет чувство уверенности в себе, что очень важно в современном мире.
«Спортивные игры»	1 год	12-16 лет	Общекультурный	Данная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности. Для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в спортивные объединения, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия. Занятия в объединении способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребенок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.
«Общая физическая подготовка»	1 год	6-14 лет	Общекультурный	Программа «Общая физическая подготовка» направлена на укрепление здоровья, повышения физической подготовленности и работоспособности, воспитанию гармонично развитого человека. Систематические занятия по

				данной программе физической культурой и спортом расширят границы функциональных возможностей организма человека.
«Настольный теннис»	1 год	7-11 лет	Общекультурный	<p>Данная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности. Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.</p> <p>Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно – силовых качеств, формированию двигательных навыков. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъём поддерживает постоянную активность и интерес к игре.</p>
«Настольный теннис»	3 года	6-17 лет	Базовый	Программа "Настольный теннис" даёт детям начальные знания по физической культуре, режиму дня и гигиены спортсмена, о Олимпийском виде спорта - настольный теннис, правилах игры.

			<p>Программа развивает физические способности обучающихся и их личностные качества путём изучения разных технических приёмов, упражнений и игр. Благодаря многообразию изучаемых тактических приёмов и движений в объединении " Настольный теннис" у обучающихся развивается: реакция и точность движений, координация, быстрота, сила, внимание, способность принимать быстрые решения и многое другое. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил.</p>
--	--	--	---