Описание образовательных программ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

Лыжные гонки - это циклический вид спорта, который входит в программу олимпийских игр. В большинстве районов нашей страны, где зима продолжительная и снежная, занятия лыжами гонками - один из самых доступных и массовых видов физической культуры и спорта. Передвижение на лыжах в условиях равнинной и пересеченной местности с преодолением подъемов и спусков различной крутизны вовлекает в работу большие группы мышц и оказывает положительное воздействие на развитие и укрепление функциональных систем организма и в первую очередь на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО КОННОМУ СПОРТУ

Основной отличительное особенностью всех дисциплин конного спорта является использование в соревнованиях животных – лошадей, причем спортсмен активно взаимодействует с лошадью, и показанный результат зависит как от подготовленности спортсмена, так и от подготовленности лошади; лошадь является полноценным партнером в спортивной паре. Вследствие этого, каждый спортсмен одновременно является тренером своей лошади, а при планировании подготовки необходимо учитывать не только возможности спортсмена, но и возможности лошади.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ

ПРОГРАММА ПО КАРАТЭ

Каратэ – японское боевое искусство. На начальном этапе предназначалось исключительно для самообороны. В каратэ нет удерживающих захватов, удушающих приемов, все контакты между бойцами сведены к минимуму. Удары в каратэ наносятся руками либо ногами в жизненно важные точки тела. В спортивном каратэ сила ударов строго регламентирована. Пояс в каратэ имеет символическое значение, его цвет определяет уровень подготовки каратиста. Новички получают белые и цветные пояса, а Мастера – чёрные. Для получения ученических поясов претенденты должны сдать

квалификационные экзамены. Каратист, успешно сдавший все экзамены, получает сертификат и право носить пояс соответствующего цвета.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ЮИД»

Данная программа направлена на формирование у детей и подростков культуры поведения на дорогах, гражданской ответственности и правового самосознания, отношения к своей жизни и к жизни окружающих как к ценности. Программа позволяет сформировать совокупность устойчивых форм поведения на дорогах, в общественном транспорте, в случаях чрезвычайных ситуаций, а также умения и навыки пропагандисткой работы.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ДОРОГА и МЫ»

Дороги, транспорт - реалии сегодняшней жизни. Интенсивность транспортных потоков на улицах города быстро возрастает и будет увеличиваться в дальнейшем. В связи с этим необходимо научить детей правильно ориентироваться на улицах и дорогах. Общеобразовательные школы и учреждения дополнительного образования являются основными звеньями системы обучения и воспитания младших школьников, где они могут и должны получить необходимые знания, умения и навыки и привычки безопасного и правопослушного поведения на улицах, дорогах и в транспорте.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «Юный автомобилист»

Данная программа направлена на формирование у подростков навыков вождения, культуры поведения на дорогах, технической грамотности устройства транспортного средства. Программа позволяет сформировать совокупность устойчивых форм поведения на дорогах в качестве водителя, поведения при дорожно-транспортном происшествиях, при неисправностях транспортного средства.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Художественная гимнастика довольно молодой вид спорта. В России она официально появилась в 1934 году. Художественная гимнастика ациклический, сложно-координационный вид спорта. Спортсменки соревнуются в техническом мастерстве и выразительности исполнения сложных движений телом в сочетании с манипуляциями предметами под музыкальное сопровождение. По ходу становления спортивного мастерства гимнасткам необходимо осваивать большой объем разнообразных двигательных действий: без предмета, с предметами, хореографических, акробатических элементов.

Художественная гимнастика - гармоничное сочетание искусства и спорта. В настоящее время художественная гимнастика – это олимпийский вид спорта.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО КАРАТЭ

Каратэ – японское боевое искусство. На начальном этапе предназначалось исключительно для самообороны. В каратэ нет удерживающих захватов, удушающих приемов, все контакты между бойцами сведены к минимуму. Удары в каратэ наносятся руками либо ногами в жизненно важные точки тела. В спортивном каратэ сила ударов строго регламентирована.

Пояс в каратэ имеет символическое значение, его цвет определяет уровень подготовки каратиста. Новички получают белые и цветные пояса, а Мастера – чёрные. Для получения ученических поясов претенденты должны сдать квалификационные экзамены. Каратист, успешно сдавший все экзамены, получает сертификат и право носить пояс соответствующего цвета. Экзамены на получение младших ученических степеней проводятся 1 раз в полгода.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «Лесовичок»

Занятия в школьном лесничестве носят комплексный характер и включают разнообразные формы и методы. Посещая школьное лесничество, учащиеся получают знания о природе родного края, активно участвуют в творческой деятельности: в конкурсах рисунков, поделок, эссе, агитбригад.

Участвуют в школьных и муниципальных, региональных, всероссийских конкурсах проектов и исследовательских работ. Знания, полученные на занятиях школьного лесничества, юные лесники применяют в конкретной практической работе по охране леса, проводят опыты, совместно с работниками лесничества выезжают на посадки, выполняют практические задания по изучению объектов лесного биоценоза. Учащиеся, заинтересовавшиеся школьным лесничеством, в дальнейшем могут и не стать работниками лесного хозяйства, важно, что они станут людьми, любящими родной край, природу. Человек любой специальности должен с интересом и любовью относится к природе, проявлять стремление к ее охране.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «Художественная гимнастика»

Художественная гимнастика – это олимпийский вид спорта, в котором спортсменки соревнуются в техническом мастерстве и выразительности исполнения сложных движений телом в сочетании с манипуляциями предметами под музыку.

Художественная гимнастика – сложно координационный вид спорта. Специфика ее проявляется в выполнении большого количества сложно технических движений свободного характера, которые объединяются в композицию.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «горнолыжный спорт»

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «**горные лыжи**» является адаптированной, с учётом особенностей организации занятий в ГБУ ДО «Центр «Ладога», режима учебно-тренировочной работы. В программе введены элементы горнолыжного и лыжного спорта начального уровня.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ГОРНОЛЫЖНОМУ СПОРТУ

Горнолыжный спорт — спуск на лыжах по извилистым горным трассам с естественным или незначительно подкорректированным рельефом. От спортсменов во всех дисциплинах требуется быстро и точно пройти специально подготовленную снежную дистанцию, проехав через все расставленные по дистанции ворота, размеченные флажками и древками. Данный вид спорта является витриной индустрии зимнего высокогорного отдыха. Катаются на всех материках, даже в Экваториальной Африке. Стремительное распространение горных лыж из небольших горных городков по всем континентам, в самые дальние уголки земного шара, стало событием совершенно неожиданным по размаху и глубине. Судьба ли, счастливые совпадения или все понемногу, помогли развивать горные лыжи из приятного времяпрепровождения в нечто более глубокое, в образ жизни и полноценный отдых, распространенный сегодня так широко и доступный практически на всех снежных вершинных мира.