

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2»

Принята на заседании  
педагогического совета «ДЮСШ №2»  
протокол №1 от 30.08.2024г.



Утверждаю  
Директор «ДЮСШ №2»  
С.И. Двоглазов  
Приказ №43 от 30.08.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«МОИ ПЕРВЫЕ ЛЫЖИ»

Приложение  
к дополнительной, общеразвивающей программе по лыжным гонкам  
для спортивно-оздоровительной группы.

Составитель:  
Тренер-преподаватель по лыжным гонкам  
Леушев Олег Владимирович  
Филиал СШ №27 с.Пришня

г. Советск, 2024 год.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа «**МОИ ПЕРВЫЕ ЛЫЖИ**» разработана на 2024-2025 учебный год в соответствии: с Федеральным законом от 29 декабря 2012года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Ред. От 26.07.2019г.).

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (вместе с СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021г. №62296);

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Данная программа по лёгкой атлетике раскрывает основные задачи спортивно – оздоровительных групп, цели, способы их достижения, критерии результатов, которые необходимо выполнить по окончании данного курса обучения. **Основным приоритетом МБУ ДО «Детско-юношеской спортивной школы №2» является сохранения условий для решения главной цели – сделать спорт массовым и доступным большому числу детей.**

В соответствии с социально-экономическими потребностями общества и, исходя из сущности процесса образования, цель работы МБУ ДО «ДЮСШ №2» состоит в том, чтобы содействовать формированию разносторонне развитой личности.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

- **обучающие:** овладение основами техники и тактики лыжных гонок;
- **воспитательные:** привитие навыков культурного поведения, гуманных чувств, воспитание положительных взаимоотношений в коллективе, отрицательного отношения к вредным привычкам и негативным сторонам жизни.
- **развивающие:** повышение уровня физического развития учащихся.

### **ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ:**

Овладение техникой лыжных ходов, достижение высоких спортивных результатов по лыжным гонкам.

### **РЕЗУЛЬТАТ ПРОГРАММЫ:**

#### **Занимающийся по данной программе:**

должен знать:

меры безопасности и правила поведения на тренировочном занятии по лыжным гонкам, профилактику травматизма, владеть навыками страховки и самостраховки;

- правильно пользоваться спортивным инвентарём и оборудованием;- виды соревнований по лыжным гонкам и их организацию, систему проведения соревнований, права и обязанности участников и судей;

- уметь:- правильно выполнять технические элементы при передвижении на лыжах; выполнять:

- полный объём программы данного года обучения;- календарь спортивных мероприятий;- требования контрольных нормативов по ОФП, СФП и технической подготовки.

### **ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ:**

К занятиям допускаются дети от 7 до 12 лет, прошедшие медицинский осмотр и допущенные к занятиям лыжными гонками.

Уровень сложности рабочей программы	Базовый
Адрес, по которому реализуется программа	п. Пришня ул. Казаченко 2 а «Пришненская средняя школа №27»
Возраст обучающихся группы	7 -12 лет
Направленность программы	Физкультурно - спортивная
Наличие медицинского заключения	Медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для занятий спортом
Адаптация программы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	Не адаптирована
Нормативный срок обучения по программе.	1 год
Режим работы в соответствии с расписанием	Четверг: 14.00 – 15.30 Пятница: 14.00-15.30 Суббота: 14.00-15.30
ФИО педагога	Леушев Олег Владимирович
Квалификационная категория	Первая
Форма обучения	Очная
Применение дистанционных технологий	Не применяется
Форма организации образовательной деятельности	Групповая
Количество обучающихся в группе	15



