

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

1. ОБЪЕДИНЕНИЕ «БАСКЕТБОЛ»

преподаватель – Звездила Олеся Владимировна

Людам, которые хотят укрепить своё здоровье, следует обратить внимание на баскетбол. Простая на первый взгляд, эта игра с мячом способна надолго привлечь внимание многих зрителей и самих спортсменов.

Программные задачи работы объединения:

- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умение игры;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья, увеличение функциональных резервов организма.

В объединение принимаются юноши и девушки от 16 лет.

Программа имеет общекультурный уровень и рассчитана на 1 год обучения.

2. ОБЪЕДИНЕНИЕ «ВОЛЕЙБОЛ»

преподаватель – Звездила Олеся Владимировна

Игра в волейбол развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, координацию, физическую силу, повышает выносливость. Волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками.

Программные задачи работы объединения:

- обучение техническим приемам и правилам игры;
- обучение тактическим действиям;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния;
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умение игры.

В объединение принимаются юноши и девушки от 16 лет.

Программа имеет общекультурный уровень и рассчитана на 1 год обучения.

3. ОБЪЕДИНЕНИЕ «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»

преподаватель – Здвизков Геннадий Борисович

Легкую атлетику можно характеризовать как:

- вид спорта, где спортсмены показывают результаты на грани человеческих возможностей;
- средство восстановления и реабилитации организма;
- средство воспитания и развития подрастающего поколения;

- учебную дисциплину, способствующую становлению специалиста в области физической культуры и спорта.

Программные задачи работы объединения:

- обучение технике бега, прыжков, метаний;
- обучение тактике соревновательной деятельности;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузке при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния.

В объединение принимаются юноши и девушки от 16 лет

Программа имеет общекультурный уровень и рассчитана на 1 год обучения.