

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной
(общеразвивающей) программе «Общая физическая подготовка»**

1	Ведомственная принадлежность	Управление по физической культуре, спорту и молодежной политике г. Комсомольска-на-Амуре
2	Наименование учреждения	Муниципальное образовательное учреждение Центр дополнительного образования «Дземги».
3	Дата образования и организационно-правовая форма	<p>Полное: Муниципальное образовательное учреждение Центр дополнительного образования «Дземги».</p> <p>Сокращенное: МОУ ЦДО «Дземги»</p> <p>«Учреждение» является некоммерческой бюджетной организацией, финансируемой из средств местного и краевого бюджетов, обеспечивает реализацию общеобразовательных программ и не имеет извлечение прибыли в качестве основной цели своей деятельности.</p> <p>Тип учреждения – бюджетное учреждение.</p> <p>Вид учреждения – учреждение дополнительного образования.</p> <p>Учредителем является Администрация г. Комсомольска-на-Амуре.</p> <p>Центр создан решением исполнительного комитета Ленинского района Совета народных депутатов 23.05.1991 г.</p> <p>16.12.2015г. – была утверждена новая редакция Устава Центра.</p> <p>18.01.2017г. – внесены изменения в устав МОУ ЦДО «Дземги»</p> <p>19 февраля 2016г. – получена бессрочная лицензия на образовательную деятельность.</p> <p>Сайт учреждения: дземги.рф</p>
4	Адрес учреждения	681018 Хабаровский край, г. Комсомольск на Амуре, ул. Амурская, дом 4; тел. 25-68-70
5	ФИО ПДО	Пужаева Кристина Владимировна
6	Образование	Среднее профессиональное
7	Место работы	МОУ ЦДО «Дземги», ул. Амурская, дом 4; тел. 25-68-70
8	Должность	Педагог дополнительного образования
9	Педагогический стаж	9 лет
10	Контактные телефоны	Рабочий телефон 25-68-70
11	Полное название образовательной программы	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Общая физическая подготовка»
12	Специализация программы	Физкультурно-спортивное направление
13	Тип программы (модификация программы)	Модифицированная
14	Цель программы	Улучшение физической подготовленности воспитанников.
15	Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - формирование умений и двигательных навыков воспитанников; - привитие интереса и потребности к регулярным занятиям «ОФП»; - совершенствование функциональных возможностей организма.
16	Срок реализации	2 года
17	Место проведения	МОУ ЦДО «Дземги» ул. Амурская, дом 4;
18	Возраст участников (класс)	14 лет и старше
19	Контингент учащихся	Школьники и взрослые Центрального и Ленинского округов.

20	Краткое содержание программы	Общая физическая подготовка (ОФП) направлена на развитие сердечно-сосудистой системы, укрепление опорно-двигательного аппарата, улучшение общей координации, умение активно управлять расслаблением мышц, восстановление функциональных систем организма после интенсивных нагрузок для снятия эмоционального утомления.
21	История осуществления реализации программы	Впервые
22	Прогнозирование возможных (ожидаемых) позитивных результатов.	<p>К концу первого года обучения воспитанник будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила техники безопасности на занятиях; – терминологию изучаемых упражнений, спортивного оборудования и инвентаря; – названия основных положений головы, рук, ног, туловища; – строевые команды; – значение правильной осанки для нормального функционирования организма; – значение физических упражнений для жизни и здоровья. <p>Будет уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать меры личной безопасности на занятии; – правильно ходить, бегать, прыгать, выполнять упражнения для головы, рук, ног, туловища, выполнять упражнения со скакалкой, упражнения в лазании, опорных прыжках, акробатические, силовые упражнения и т.д.; <p>К концу второго года обучения воспитанник будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила гигиены и самоконтроля; – комплексы оздоровительной гимнастики, общеразвивающих и общеукрепляющих упражнений; – простейшие способы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой в режиме учебного дня и активного отдыха. <p>Будет уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить простейшие наблюдения за своим самочувствием в процессе занятий физической культурой; – передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях; – выполнять акробатические и гимнастические, силовые упражнения; – выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов, со свободными весами и на блочных тренажёрах) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости); – осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх.
23	Прогнозирование возможных негативных результатов.	Личностные особенности каждого (характер), конкуренция, потеря интереса к обучению.
24	Прогнозирование коррекции возможных негативных результатов	<ol style="list-style-type: none"> 1. Работа индивидуально. 2. Развитие эмоциональности детей, раскрепощение. 3. Работа в группах

