

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей образовательной программе по велосипедному спорту**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Велосипедный спорт» разработана в соответствии с Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, соответствует базовому уровню подготовки.

Актуальность, педагогическая целесообразность. В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, велоспорт содействует всестороннему развитию личности, сохранению и улучшению здоровья.

Данная программа важна тем, что позволяет увлечь детей и привить любовь к занятиям велосипедным спортом. Велосипедный спорт способствует развитию мышечной деятельности, сохранению и улучшению здоровья. Велосипедный спорт - это способность максимально использовать свою мощь в гонке и уметь быстро восстанавливаться, это стиль ведения гонок (атака) и финиширование в гордом одиночестве. Велосипедный спорт - это великолепная посадка, идеальная техника педалирования, неожиданные тактические ходы и полная уверенность в своих силах.

Цель программы: развитие личности учащихся посредством обучения технике езды на велосипеде и популяризация велосипедного спорта.

Программа предусматривает решение следующих задач:

Обучающие:

1. обучение начальной езде на велосипеде;
2. формирование знаний по правилам дорожного движения и техники безопасности и езды на велосипеде.

Развивающие:

1. развитие основных физических качеств;
2. развитие координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие и т.д.

Воспитательные:

1. формирование привычек к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
2. воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
3. формирование основ знаний о личной гигиене и оказание первой медицинской помощи при травмах.

Отличительные особенности. Данная программа отличается наличием методики обучения различных видов гонок на шоссе и на местности, а именно:

- групповая гонка,
- индивидуальная гонка на время,
- велокросс - гонка по пересеченной местности, по проселочным дорогам и бездорожью.

Возраст детей. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Велоспорт» предназначена для обучения школьников в возрасте 7-18 лет. Занятия по программе проводятся с объединением детей одного возраста с частично переменным

составом. При поступлении предъявляются требования к наличию медицинского допуска к занятиям. Минимальная наполняемость группы -10 человек.

Сроки реализации программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Велосипедный спорт» реализуется в течение учебного года включая каникулярное время. Продолжительность учебного года составляет 46 недель.

Методы организации занятий: объяснение и рассказ педагога, беседы, просмотр видеоматериалов, практические методы (выполнение упражнений, обучение технике выполнения тех или иных приемов езды на велосипеде), велопоходы.

Режим занятий. Занятия проводятся три раза в неделю по два академических часа.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

Метапредметные результаты: учащиеся научатся

- планировать свою деятельность под руководством тренера-преподавателя;
- корректировать свои действия;
- участвовать в совместной деятельности.

Личностные результаты: учащиеся усвоят

- социальные нормы и правила поведения;
- уважительное отношение к товарищам по команде;
- правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях;

Предметные результаты:

К концу обучения учащиеся будут:

- уметь уверенно ездить на велосипеде;
- знать технику педалирования: равномерное круговое педалирование, 70-80 оборотов в минуту;
- знать технику преодоления подъемов, спусков и поворотов: техничное преодоление подъемов, спусков, поворотов;
- знать виды велосипедного спорта;
- знать правила дорожного движения и техники безопасности;
- знать основы технического обслуживания велосипеда.

Результативность обучения по данной программе определяется на основании тестирования уровня общей физической подготовленности учащихся в форме сдачи нормативов, итогов участия в соревнованиях.

Итоги реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Велосипедный спорт» проводятся в форме тестирования, участия в соревнованиях муниципального и регионального уровней.