

## **Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Роуп - Скиппинг»**

**Актуальность программы:** Сегодня дополнительное образование детей вместе с модой усиливает внимание на здоровый образ жизни, и развивает такие виды как: шейпинг, атлетизм, фитнес - skip (прыжок, скачок, подпрыгивать, многократные перескакивания). В США и Европе вместе с различными оздоровительными системами Роуп-скиппинг (многократные перескакивания) приобрёл популярность и развивается как вид спорта с 80-х годов уже прошлого века. Спортивные федерации созданы более чем в 30 странах мира. В России же распространение skipping началось во времена Агнии Барто в 50-е годы «с поворотом, и с прискоком, и с разбега, и на месте, и двумя ногами вместе... во дворе и на бульваре, в переулке и в саду, и на каждом тротуаре у прохожих на виду».

### **Цель и задачи образовательной программы:**

**Цель:** ориентация на достижение цели и основного результата образования - развитие личности обучающегося на основе освоения учебных действий и познания, формирования опыта самостоятельной деятельности, самопознания и самоопределения личности, стремления к самовыражению и самореализации своего "Я".

### **Задачи:**

Для достижения поставленной цели при разработке и реализации образовательной программы предусмотрено решение следующих основных задач:

#### *Воспитательные:*

- организация воспитательного пространства: воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о своём здоровье, в создание гармоничного единства внешних достоинств и внутренних морально-нравственных качеств;

- становление и развитие личности в её индивидуальности, самобытности, уникальности и неповторимости;

- формирование целеустремлённости и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей, жизненного оптимизма;

- пропаганда, как средство здорового образа жизни.

#### *Развивающие:*

- развитие и совершенствование физической красоты - красивой фигуры, осанки;

- развитие креативного мышления, пространственного воображения, актёрских и организаторских способностей, а также физическое развитие воспитанников;

- формирование качеств личности, отвечающих требованиям инновации, задачам построения российского гражданского общества на основе принципов толерантности, диалога культур и уважения его многонационального, поликультурного состава.

#### *Образовательные:*

- предоставление возможности для эффективной самостоятельной работы, включение обучающихся в процессы познания;

- достижение планируемых результатов освоения образовательной программы всеми обучающимися;
- обеспечение планируемых результатов по освоению целевых установок, приобретению знаний, умений, навыков;
- расширение сферы взаимодействия ребёнка с окружающим миром, развитие потребностей в общении, перспективы личностного и познавательного развития, социальном признании и самовыражении;
- разнообразие индивидуальных образовательных траекторий и индивидуального развития каждого обучающегося (в том числе одарённых детей), обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм учебного сотрудничества и расширение зоны ближайшего развития.

***Адресат программы:***

К тренировочному процессу допускаются все желающие дети и подростки в возрасте от 7 до 15 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности.

***Объем и срок реализации программы***

Срок реализации программы – 1 год. Занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа, 72 часа в год.