

Название	Педагог	Содержание
«Основы настольного тенниса»	Агафонов Антон Андреевич	Цель программы: формирование развития личности учащегося, социальная адаптация, формирование духовно-нравственных ценностей, расширение кругозора, укрепление здоровья, подготовка двигательного аппарата учащихся к выполнению физических упражнений, воспитание трудолюбия, формирование потребности в здоровом образе жизни Обучающие задачи: -освоение основных навыков здорового образа жизни; -ознакомление с критериями правильной осанки; -освоение навыков владения настольным теннисом как видом спорта; -привитие навыков осознанного отношения к своим движениям, действиям, поступкам; -развитие навыков самоконтроля в физической и психологической сферах. Развивающие задачи: -укрепление связочного аппарата; -корректировка осанки; -постановка правильного дыхания; -формирование базовых элементов настольного тенниса и совершенствование сложных технических приемов. -развитие физических качеств; -развитие специальной теннисной координации. Воспитательные задачи: -пробудить интерес к физической активности; - пробудить интерес к настольному теннису как виду спорта -воспитание ценностного отношения к своему здоровью; -обучение основам настольного тенниса; -обучение нормам дисциплины и правилам поведения на занятиях; -развитие качеств личности (смелости, самостоятельности, уверенности в себе).
«Скиппинг»	Бабайкина Вера Борисовна	Цель программы - создание условий для укрепления здоровья детей через занятие скиппингом - спортивной скакалкой. Обучающие задачи: - научить техническим приёмам в скиппинге; - обучить необходимым понятиям и теоретическим сведениям по скиппингу; - научить простейшим организационным навыкам; - научить самостоятельно проводить

		тренировочные занятия; - научить анализировать правильность выполнения элементов скиппинга. Развивающие задачи: - равномерно формировать двигательные навыки и развивать физические качества; - развить артистизм и эмоциональные качества средствами скиппинга; - расширить кругозор учащихся, а именно ознакомить с лучшими образцами отечественной и зарубежной музыки, с творчеством отдельных исполнителей, групп; - удовлетворить индивидуальные потребности учащихся в физическом развитии; - развить художественный вкус. Воспитательные задачи: - адаптировать к современным социальным нормам общества; - воспитать трудолюбие, чувство ответственности и «чувство локтя», коммуникативную культуру; - воспитать чувство товарищества; - воспитать чувство патриотизма
«Летящий мяч»	Григорьев Егор Дмитриевич	Цель программы - формирование системы теоретических знаний о волейболе и методически правильное применение их на практике. Обучающие задачи: - обучить приемам техники игры в волейбол в защите и нападении; - обучить тактическим приемам игры; - научить формулировать цели и задачи тренировочного занятия; - научить анализировать правильность выполнения технических элементов волейбола. Развивающие задачи: - развивать аэробную выносливость; - развивать быстроту реакции; - развивать скоростные и силовые качества; - развивать координационные способности. Воспитательные задачи: - воспитывать черты спортивного характера; - прививать интерес к систематическим занятиям волейболом; - воспитывать морально-этические и волевые качества; - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни; - мотивировать к занятиям волейболом.
«Попади в девятку»	Григорьев Егор Дмитриевич	Цель программы - формирование системы теоретических знаний о футболе и методически правильное применение их на

		практике. Обучающие задачи: - обучить приемам техники игры в футбол: в защите и нападении; - обучить тактическим приемам игры; - научить формулировать цели и задачи тренировочного занятия; - научить анализировать правильность выполнения технических элементов футбола. Развивающие задачи: - развивать аэробную выносливость; - развивать быстроту реакции; - развивать скоростные и силовые качества; - укреплять здоровье и закалять организм; - развивать координационные способности; - устранять недостатки физического развития, мотивировать к занятиям футболом. Воспитательные задачи: - воспитывать черты спортивного характера: организованность, дисциплинированность, самостоятельность, активность; - прививать интерес к систематическим занятиям футболом; - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни; - воспитывать морально-этические и волевые качества; - воспитать творческую инициативность; - воспитывать коммуникативные навыки
«Шашки и шахматы»	Пулина Галина Евгеньевна	Цель программы - создание условий для развития личности обучающегося, способной к логическому и аналитическому мышлению, а также обладающей такими качествами как целеустремлённость и настойчивость в достижении цели, через овладение общеразвивающими и спортивными навыками шашечной и шахматной игры. Образовательные задачи: - ознакомить с шашечными терминами и кодексом; - разучить правила игры в шашки и шахматы. Развивающие задачи: - развивать восприятие, внимание, воображение, память, мышление; - содействовать развитию логического и аналитического мышления. Воспитательные задачи: - развивать интерес к освоению высот мастерства шашечной игры; - прививать интерес к спортивным, интеллектуальным играм; - формировать культуру здорового и

		безопасного образа жизни; - воспитывать морально-этические и волевые качества; - воспитывать черты характера, необходимые для победы.
«Я выбираю спорт»	Здвижков Геннадий Борисович	Цель программы: формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО». Образовательные задачи: - овладеть системой знаний о физическом совершенствовании человека; - обучать технике бега, прыжков, метаний; - обучать тактике соревновательной деятельности; - обучать приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях; - повышать информированность учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий. Развивающие задачи: - повышать физическую подготовленность; - совершенствовать навыки и умения в легкоатлетических дисциплинах; - развивать физические качества, укреплять здоровье, увеличивать функциональные резервы организма. Воспитательные задачи: - воспитывать организаторские навыки и умение взаимодействовать в коллективе; - формировать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи; - воспитывать потребность к самостоятельным занятиям физической культурой; - воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни; - формировать у учащихся осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни, соблюдении рекомендаций к недельному двигательному режиму
«Волейбол»	Здвижков Геннадий Борисович	Цель программы - формирование у студентов устойчивых потребностей к регулярным занятиям физической культурой; духовно-нравственное, творческое и физическое развитие учащихся посредством знакомства с

		игрой в волейбол. Образовательные задачи: - обучать техническим приемам и правилам игры; - обучать тактическим действиям; - обучать приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях; - обучать средствам регулирования психического состояния. Развивающие задачи: - повышать техническую и тактическую подготовленности в данном виде спорта; - совершенствование навыки и умения игры; - развивать физические качества, укреплять здоровье, увеличивать функциональные резервы организма. Воспитательные задачи: - воспитывать организаторские навыки и умения взаимодействовать в коллективе; - воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи; - воспитывать потребность к самостоятельным занятиям физической культурой; - воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни
«Быстрая кроссовка»	Макиенко Валентин Васильевич	Цель программы - формирование здорового образа жизни через занятия лёгкой атлетикой. Обучающие задачи: - обучить основам техники выполнения легкоатлетических упражнений; - обучить методике выполнения легкоатлетических упражнений; - содействовать формированию жизненно важных двигательных качеств, навыков и умений; - научить составлять план тренировочного занятия. Развивающие задачи: - укреплять здоровье; - корректировать недостатки физического развития; - повышать физическую подготовленность на основе комплексного применения упражнений легкой атлетики; - развивать аэробную выносливость, быстроту, скоростные, силовые и координационные способности. Воспитательные задачи: - прививать интерес к систематическим занятиям лёгкой атлетикой;

		- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни; - воспитывать морально-этические и волевые качества; - воспитывать черты характера, необходимые для победы
«Прыгающий шарик»	Макиенко Валентин Васильевич	Цель программы - формирование здорового образа жизни через занятия настольным теннисом. Обучающие задачи: - обучить приемам техники игры в защите и нападении; - обучить тактическим приемам игры. Развивающие задачи: - всесторонне развивать физические способности, укреплять здоровье, закалять организм; - развивать аналитические способности, координацию, моторику; - корректировать недостатки физического развития; - развивать мышечно-двигательную чувствительность. Воспитательные задачи: - воспитывать понимание необходимости занятий спортом и физической культурой; - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни
«В здоровом теле здоровый дух»	Петрова Ксения Тагирова	Цель программы - формирование здорового образа жизни через занятия фитнесом. Обучающие задачи: - содействовать формированию жизненно важных двигательных качеств, навыков и умений; - получить теоретические знания по фитнесу, использовать их в практической деятельности; - овладеть основами техники выполнения упражнений из раздела фитнеса. Развивающие задачи: - способствовать укреплению здоровья учащихся через занятия фитнесом; - корректировать навыки физического развития; - развивать аэробную выносливость, силовые и координационные способности. Воспитательные задачи: - прививать интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом; - формировать культуру здорового образа жизни; - воспитывать морально-этические и волевые качества

«Фитнес-микс»	Плеханова Марина Владимировна	Цель программы: формирование развития личности учащегося, социальная адаптация, формирование духовно-нравственных ценностей, расширение кругозора, укрепление здоровья, подготовка двигательного аппарата учащихся к выполнению физических упражнений, воспитание трудолюбия, формирование потребности в здоровом образе жизни. Обучающие задачи: - освоить основные навыки здорового образа жизни; - ознакомит с критериями правильной осанки; - освоить навыки владения своим телом; - обучение основам фитнеса; - привить навыки осознанного отношения к своим движениям, действиям, поступкам; Развивающие задачи: - укреплять связочный аппарат; - корректировать осанку; - формировать базовые навыки и совершенствовать сложные формы двигательной активности; - развивать физические качества. Воспитательные задачи: - пробудить интерес к физической активности; - воспитывать ценностное отношение к своему здоровью; - формировать качества личности (смелость, самостоятельность, уверенность в себе)
«Стретчинг»	Плеханова Марина Владимировна	Цель программы: формирование развития личности учащегося, социальная адаптация, формирование духовно-нравственных ценностей, расширение кругозора, укрепление здоровья, подготовка двигательного аппарата учащихся к выполнению физических упражнений, воспитание трудолюбия, формирование потребности в здоровом образе жизни. Обучающие задачи: - освоить основные навыки здорового образа жизни; - ознакомить с критериями правильной осанки; - освоить навыки владения своим телом; - привить навыки осознанного отношения к своим движениям, действиям, поступкам; - обучать основам растяжки; - развивать навыки самоконтроля в физической и психологической сферах. Развивающие задачи: - укреплять связочный аппарат; - корректировать осанку;

		- развивать физические качества. Воспитательные задачи: - пробудить интерес к физической активности; - воспитывать ценностное отношение к своему здоровью; - обучать нормам дисциплины и правилам поведения на занятиях
«Летящий волан»	Пулина Галина Евгеньевна	Цель программы – всестороннее развитие личности занимающихся в процессе приобщения их к занятиям бадминтоном, расширение индивидуальных двигательных возможностей, формирование навыков здорового образа жизни. Образовательные задачи: - улучшать показатели физического развития; - формировать двигательные умения и навыки; - формировать гигиенические навыки при выполнении физических упражнений; - формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни. Развивающие задачи: - развивать двигательные способности в процессе обучения; - укреплять здоровье и закалять организм, формировать осанку; - поддерживать устойчивую физическую работоспособность на достигнутом уровне. Воспитательные задачи: - формировать познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по бадминтону; - воспитывать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями и бадминтоном; - воспитывать нравственные, морально-волевые качества (настойчивости, смелости)
«Летящий мяч»	Тимковская Екатерина Александровна	Цель программы - формирование системы теоретических знаний о волейболе и методически правильное применение их на практике. Обучающие задачи: - обучить приемам техники игры в волейбол в защите и нападении; - обучить тактическим приемам игры; - учить формулировать цели и задачи тренировочного занятия; - учить анализировать правильность выполнения технических элементов волейбола. Развивающие задачи: - развивать аэробную выносливость; - развивать быстроту реакции; - развивать скоростные и силовые качества;

		- развивать координационные способности. Воспитательные задачи: - воспитывать черты спортивного характера; - прививать интерес к систематическим занятиям волейболом; - воспитывать морально-этические и волевые качества; - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни; - мотивировать к занятиям волейболом.
«Здоровье в движении»	Пулина Галина Евгеньевна	Цель программы – развитие физических качеств подростка и формирование здорового образа жизни, через занятия физическими упражнениями. Обучающие задачи: - формировать умение выполнять упражнения ритмической гимнастики (выполнять упражнения на расслабление и на восстановление дыхания, выполнять упражнения на различные группы мышц с предметами и без, подбирать упражнения на развития физических качеств, уметь определять нагрузку на свой организм, согласовывать движения с темпом, ритмом, музыкальным размером); - учить самостоятельно составлять комплексы музыкально-ритмической гимнастики для детей дошкольного возраста; - учить анализировать правильность выполнения комплексов музыкально-ритмической гимнастики. Развивающие задачи: - развивать координацию движений, быстроту двигательных действий, подвижность различных суставов; - развивать выразительность и пластичность движения. Воспитательные задачи: - развить артистизм и эмоциональные качества средствами ритмической гимнастики; - адаптировать к современным социальным нормам общества; - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни; - воспитывать социальную значимость к своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
«Танцуй, пока молодой» (1)	Быкова Дарья Вячеславовна	Цель программы - формирование здорового образа жизни через занятия современными спортивными танцами. Обучающие задачи: - познакомить с наиболее популярными

		направлениями современного танца, а также с самыми передовыми технологиями обучения современному танцу; - способствовать формированию двигательных навыков, а так же раскрытию творческого потенциала посредством изучения современных танцевальных направлений; - познакомить с различными видами и жанрами искусства танца. Развивающие задачи: - развивать пластики и скорости движения, гибкости, музыкального слуха, чувства ритма, выносливости, общие интеллектуальные, художественные, творческие и музыкальные способности обучающихся; - развивать память, умение концентрировать внимание. Воспитательные задачи: - воспитывать гуманистическое и творческое начало в личности; - активизировать внимание обучающихся, эмоциональную и эстетическую отзывчивость; - воспитать творческую инициативность.
«Танцуй, пока молодой» (2)	Липина Мария Андреевна	Цель программы - формирование здорового образа жизни через занятия современными спортивными танцами. Обучающие задачи: - познакомить с наиболее популярными направлениями современного танца, а также с самыми передовыми технологиями обучения современному танцу; - способствовать формированию двигательных навыков, а так же раскрытию творческого потенциала посредством изучения современных танцевальных направлений; - познакомить с различными видами и жанрами искусства танца. Развивающие задачи: - развивать пластики и скорости движения, гибкости, музыкального слуха, чувства ритма, выносливости, общие интеллектуальные, художественные, творческие и музыкальные способности обучающихся; - развивать память, умение концентрировать внимание. Воспитательные задачи: - воспитывать гуманистическое и творческое начало в личности; - активизировать внимание обучающихся, эмоциональную и эстетическую отзывчивость; - воспитать творческую инициативность.

«ГТО – путь к здоровью»	Щукин Михаил Максимович	Цель программы - совершенствование физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с учащимися, подготовка их к сдаче норм ГТО. Обучающие задачи: - обучить основам техники выполнения упражнений; - обучить методике выполнения упражнений; - содействовать формированию жизненно важных двигательных навыков и умений; - научить составлять план тренировочного занятия. Развивающие задачи: - укреплять здоровье; - корректировать недостатки физического развития; - повышать физическую подготовленность; - развивать аэробную выносливость, быстроту, скоростные, силовые и координационные способности; - повышать физическую подготовленность на основе комплексного применения упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр. Воспитательные задачи: - прививать интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом; - воспитывать морально-этические и волевые качества; - формировать культуру здорового образа жизни; - воспитывать черты характера, необходимые для победы
«Подготовка к ГТО»	Здвижков Геннадий Борисович	Цель программы - совершенствование физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с учащимися, подготовка их к сдаче норм ГТО. Обучающие задачи: - обучить основам техники выполнения контрольных упражнений ФВСК «ГТО»; - обучить методике выполнения упражнений; - содействовать формированию жизненно важных двигательных навыков и умений; - научить составлять план тренировочного занятия. Развивающие задачи: - укреплять здоровье; - корректировать недостатки физического развития; - развивать физическую подготовленность; - развивать аэробную выносливость, быстроту,

		скоростные, силовые и координационные способности; - развивать физическую подготовленность на основе комплексного применения упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр. Воспитательные задачи: - прививать интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом; воспитывать морально-этические и волевые качества; - формировать культуру здорового образа жизни; - воспитывать черты характера, необходимые для победы
«Киберспорт»	Оськин Кирилл Олегович	Цель программы - формирование системы знаний о киберспортивных играх, применение на практике полученных знаний. Обучающие задачи: - познакомить с основами теории и практики в DOTA 2 (интерфейс, роли, задачи, простейшие тактические приемы, определение плана действий и т. д.) - сформировать навыки игры, позволяющие успешно вести соревновательную деятельность. Развивающие задачи: - повысить уровень логического и ассоциативного мышления, внимания, усидчивости; - способствовать развитию физических и психологических качеств (выносливость, скорость реакции, когнитивные способности и т.д.). Воспитательные задачи: - формировать личностные качества спортсмена, повышать самооценку. Воспитание потребности в систематических занятиях, повышающих уровень знаний и самооценку. Решение воспитательных задач реализуется в течение учебного года через непрерывную, целенаправленно организованную деятельность обучающихся, вовлечение их в непосредственное взаимодействие между собой и педагогом, а также формирование системы ценностных отношений к общему делу и будущей профессиональной деятельности. Обучение по программе дополнительного образования является компонентом субъектного становления личности и ее внутреннего роста

		(самоопределения и саморазвития индивидуальности)
«Ланта»	Здвижков Геннадий Борисович	Цель программы- формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО». Образовательные задачи: - обучать технике бега, прыжков, метаний; - обучать тактике соревновательной деятельности; - обучать приемам и методам контроля физической нагрузке при самостоятельных занятиях; - обучать навыкам регулирования психического состояния; - повышать информированность учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий. Воспитательные задачи: -воспитывать организаторские навыки и умение взаимодействовать в коллективе; - воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи; - воспитывать потребности к самостоятельным занятиям физической культурой; - воспитывать потребности к ведению здорового образа жизни; - формировать у учащихся осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни; - овладеть системой знаний о физическом совершенствовании человека; Развивающие задачи: - повышать техническую и тактическую подготовленность; - совершенствовать навыки и умения в легкоатлетических дисциплинах; - развивать физические качества, укреплять здоровье, увеличивать функциональные резервы организма
«Спортивные игры»	Воеводина Екатерина Степановна	Цель программы - формирование системы знаний о спортивных играх, применение на практике полученных знаний. Обучающие задачи: - обучить приемам техники спортивных игр в защите и нападении; - обучить тактическим приемам спортивных

		игр. Развивающие задачи: - укреплять здоровье путём закаливания; - устранять недостатки физического развития; - развивать аэробную выносливость, быстроту скоростных, силовых и координационных способностей. Воспитательные задачи: - воспитывать качества спортивного характера; - прививать интерес к систематическим занятиям баскетболом; - воспитывать морально-этические и волевые качества. Решение воспитательных задач реализуется в течение учебного года через непрерывную, целенаправленную организованную деятельность обучающихся, вовлечение их в непосредственное взаимодействие между собой и педагогом, а также формирование системы ценностных отношений к общему делу и будущей профессиональной деятельности. Обучение по программе дополнительного образования является компонентом субъектного становления личности и ее внутреннего роста (самоопределения и саморазвития индивидуальности)
«Спортивные игры»	Майстренко Анастасия Викторовна	Цель программы - формирование системы знаний о спортивных играх, применение на практике полученных знаний. Обучающие задачи: - обучить приемам техники спортивных игр в защите и нападении; - обучить тактическим приемам спортивных игр. Развивающие задачи: - укреплять здоровье путём закаливания; - устранять недостатки физического развития; - развивать аэробную выносливость, быстроту скоростных, силовых и координационных способностей. Воспитательные задачи: - воспитывать качества спортивного характера; - прививать интерес к систематическим занятиям баскетболом; - воспитывать морально-этические и волевые качества. Решение воспитательных задач реализуется в течение учебного года через непрерывную, целенаправленную организованную деятельность обучающихся, вовлечение их в непосредственное

		взаимодействие между собой и педагогом, а также формирование системы ценностных отношений к общему делу и будущей профессиональной деятельности. Обучение по программе дополнительного образования является компонентом субъектного становления личности и ее внутреннего роста (самоопределения и саморазвития индивидуальности)
«Спортивные игры»	Семенов Максим Алексеевич	Цель программы - формирование системы знаний о спортивных играх, применение на практике полученных знаний. Обучающие задачи: - обучить приемам техники спортивных игр в защите и нападении; - обучить тактическим приемам спортивных игр. Развивающие задачи: - укреплять здоровье путём закаливания; - устранять недостатки физического развития; - развивать аэробную выносливость, быстроту скоростных, силовых и координационных способностей. Воспитательные задачи: - воспитывать качества спортивного характера; - прививать интерес к систематическим занятиям баскетболом; - воспитывать морально-этические и волевые качества. Решение воспитательных задач реализуется в течение учебного года через непрерывную, целенаправленную организованную деятельность обучающихся, вовлечение их в непосредственное взаимодействие между собой и педагогом, а также формирование системы ценностных отношений к общему делу и будущей профессиональной деятельности. Обучение по программе дополнительного образования является компонентом субъектного становления личности и ее внутреннего роста (самоопределения и саморазвития индивидуальности)