МУ «Отдел образования Урус-Мартановского района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«РЦЮТиЭ Урус-Мартановского района»

Принята на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО «РЦЮТиЭ
Урус-Мартановского района»
Протокол № от «__»_____ г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «РЦЮТиЭ»
_____А.А. Расухаджиева
Приказ №__от « ___» _____ ____ г.

Подписано
цифровой подписью:
Расухаджиева Айшат
Адамовна
Дата: 2025.10.17
12:06:20 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Олимпиадная физкультура»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень освоения: базовый

Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Хатуев
Зелимхан Доккаевич,
педагог дополнительного образования

г. Урус-Мартан, 2025 год

Пояснительная записка

1.	**Направленность** общеобразовательной общеразвивающей программы	физкультурно-спортивная
2.	**Вид** общеобразовательной общеразвивающей программы	Модифицированная
3.	**Уровень** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	базовый
4.	**Цель** общеобразовательной общеразвивающей программы	Цель: подготовка школьников к успешному участию во всех этапах ВсОШ по физической культуре.
5.	**Задачи** общеобразовательной общеразвивающей программы:	
	Задачи: Образовательные: освоить правила и методику проведения основных видов спорта, историю физической культуры; овладеть техникой упражнений из программы ВСОШ. Развивающие: развить силу, выносливость, скорость, гибкость, координацию; сформировать навыки самоконтроля. Воспитательные: воспитать целеустремлённость, умение работать в команде, ответственное отношение к здоровью.	
6.	**Режим занятий**	Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 академических часа.
7.	**Формы занятий**	практические тренировки; теоретические занятия; моделирование олимпиадных туров; индивидуальные задания (ведение дневника тренировок, анализ видеозаписей).
8.	**Планируемые результаты**	***Знания:*** правила, история спорта, основы методики тренировок. ***Умения:*** выполнение упражнений и нормативов ВСОШ, участие в практических турах, решение олимпиадных заданий. Способы проверки: тестирование, выполнение нормативов, участие в контрольных олимпиадных тренировках.