

Аннотация

Дополнительная общеразвивающая программа для спортивно-оздоровительного этапа «Юный фигурист» является программой физкультурно-спортивной направленности. Срок реализации программы – 1-3 года.

Программа определяет содержание работы на спортивно-оздоровительном этапе, предназначена для детей с 4-5 лет. Целью обучения этого этапа является разносторонняя двигательная подготовка и на ее основе обучение навыкам скольжения.

Основными задачами работы в спортивно-оздоровительных группах являются:

- формирование стойкого интереса к занятиям и желания заниматься фигурным катанием на коньках и спортом вообще;
- укрепление здоровья и гармоничное развитие всех систем организма детей;
- развитие основных физических качеств;
- приобретение навыков скольжения на льду, освоение простейших элементов фигурного катания на коньках;
- содействие эстетическому воспитанию занимающихся;
- формирование разнообразных двигательных умений и навыков и на их основе овладение сложно-координационными движениями, являющимися основой техники фигурного катания на коньках.
- отбор перспективных детей для дальнейших занятий фигурным катанием на коньках.

Для решения поставленных задач на занятиях в спортивно-оздоровительных группах применяются средства общей физической и специальной подготовки, имитационные упражнения, упражнения по обучению скольжению, игры.