

## РЕЦЕНЗИЯ

на программу общеобразовательной организации по развитию физической культуры и спорта «Ланга — русская игра!», учителя физической культуры МАОУ лицея №7 Аскарова М.М.

Программа содержит основные требования по возрасту, численному составу занимающихся, объему учебно-тренировочной работы, по технико-тактической, физической и спортивной подготовке.

Предлагаемая форма работы охватывает всех желающих, основной задачей определяется — укрепление здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных физкультурно-спортивных занятий; целью программы — создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям лангой в спортивно-оздоровительных группах; формирование умений и навыков для дальнейшего развития в избранном виде спорта; обучение детей ланге в доступной для них форме, а также изучение основ техники и тактики игры.

Программа включает учебный материал по основным видам подготовки, его распределение по модулям обучения; рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и содержание работы с юными игроками в лангу; предусматривает воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к ланге; развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики ланги, воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и коллективно (подвижные игры).

В программу включены три модуля:

1. Теоретическая подготовка.
2. Общая физическая подготовка.
3. Специальная физическая подготовка.

Модуль «Теоретическая подготовка»:

включает в себя правила поведения на занятиях, технику безопасности, формирование знаний об истории развития и современного состояния вида спорта «ланга», строении и функциях организма человека, понятия о физической культуре двигательной активности, здоровом образе жизни;

модуль «Общая физическая подготовка»:

даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества;

## модуль «Специальная физическая подготовка»:

даны упражнения для развития двигательных способностей и комплексных качеств, отвечающих специфическим требованиям соревновательной деятельности в избранном виде спорта. СФП включает воздействия на те мышечные группы, системы организма и механизмы энергообеспечения, которые определяют успех. Основными средствами СФП являются соревновательные и различные специальные и специально-подготовительные упражнения.

Одними из ожидаемых результатов реализации программы, являются:

- интерес к систематическим занятиям латпой;
- укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
- обеспечение общефизической подготовки;
- овладение основами латпы;
- соблюдение спортивной этики, дисциплины;

Образовательные (предметные):

- владеть теоретическими и практическими навыками игры в латпу;
- знать технические приёмы игры в латпу;
- владеть тактическими действиями в нападении и защите;
- осуществлять правильные двигательные действия в условиях соревновательной деятельности;
- уметь применять правила судейства в организации и проведении соревнований.

Личностные:

- проявлять и применять свои физические качества и индивидуальные спортивные способности: ловкость, силу, скорость, выносливость;
- владеть организаторскими навыками;
- проявлять ответственность, самостоятельность в командных действиях;
- вести здоровый образ жизни.

Метапредметные:

- проявлять устойчивый интерес и стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- потребность в регулярных занятиях латпой;
- проявлять личные способности и коммуникативные навыки в условиях повседневной жизни.

Цель, задачи и ожидаемые результаты программы логически взаимосвязаны.

Рецензируемая программа может быть рекомендована для организации деятельности физкультурно-спортивного направления в образовательных организациях.

Рецензент:

старший преподаватель кафедры  
физкультурно-спортивных дисциплин,  
инструктор Спортивного клуба ТГУУ



П.А. Воякин