

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по физической культуре и спорту (плавание)

Дополнительные общеразвивающие программы, функционирующие в контуре Дирекции физической культуры и спорта РАНХиГС, образуют сложную педагогическую экосистему. Архитектура всей системы выходит за рамки стандартной секционной работы. Формируются устойчивые паттерны здорового образа жизни и специфические двигательные компетенции.

Образовательный кластер академии охватывает обширный спектр дисциплин. Корпоративный сегмент включает фитнес, пилатес и волейбол. Общеразвивающий блок базируется на общей физической подготовке, танцах и стретчинге. Спортивно-тренировочный вектор дифференцируется на командные игры (баскетбол, волейбол, гандбол, мини-футбол, футбол), единоборства (бокс, кикбоксинг, смешанные единоборства), ракеточные виды (бадминтон, настольный теннис, теннис), циклические дисциплины (гребля, легкая атлетика), а также силовые и сложно-координационные направления (пауэрлифтинг, художественная гимнастика, скалолазание, чирлидинг). Рекреационная ниша заполнена дартсом и шахматами. Подобная диверсификация позволяет нивелировать дефицит моторной активности у различных возрастных когорт.

Программа плавания обладает выраженной спецификой, так как ориентирована на детей в возрасте от 6 до 15 лет, включая лиц, не имеющих статуса обучающихся или работников Академии. Педагогический дизайн предусматривает два варианта трудоемкости: 60 академических часов (30 занятий) либо 40 академических часов (20 занятий). Дифференциация контингента происходит по трем параллельным уровням. Начальный этап (6-8 лет) решает задачи адаптации к водной среде и освоения базовых навыков скольжения. Средний уровень (9-11 лет) фокусируется на технике кроля, брасса и базовых элементах баттерфляя. Продвинутая ступень (12-15 лет) требует совершенствования всех четырех спортивных способов плавания, стартов и поворотов. Наблюдается устойчивая тенденция к использованию водной среды как инструмента психологической разгрузки и коррекции осанки, что критически важно в условиях школьной гиподинамии.

Содержательное ядро программ синтезирует техническую, физическую, тактическую и психологическую подготовку. Теоретические сведения транслируются непосредственно на бортике бассейна или в зале сухого плавания, исключая формальные лекционные форматы. Практика подтверждает высокую эффективность такого подхода для интериоризации знаний. Стратегическим ориентиром выступает освоение универсальной компетенции УК-7, предполагающей способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности. Этот вектор гарантирует преемственность с федеральными государственными образовательными стандартами.

Дирекция включает штатных тренеров-преподавателей с профильным образованием. Материально-техническая база соответствует жестким санитарно-эпидемиологическим требованиям, включая строгий контроль температуры воды и воздуха. Медико-педагогический контроль сопровождает каждый этап подготовки.

По итогам итогового зачета, проводимого в форме контрольных испытаний без создания избыточного стресса, обучающийся получает сертификат установленного образца. В сертификате указывается уровень программы (начальный или продвинутый) и объем в академических часах. Этот документ верифицирует сформированные навыки. Факт высокой ценности такого сертификата подтверждается его учетом при дальнейшем зачислении в организации спортивной подготовки по виду спорта «волейбол».

.

.