

АННОТАЦИЯ К ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ ПО ВИДАМ СПОРТА.

1. Паспорт рабочих программ по видам спорта.

В муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» (МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа») культивируется 11 видов спорта: бокс, дзюдо, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, теннис, тхэквондо, тяжелая атлетика, футбол, хоккей с шайбой, шахматы.

В 2017-2018 учебном году в МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» в учебно-тренировочных группах по 11 видам спорта обучаются:

- на отделении «Бокс» - 58 учащихся;
- на отделении «Дзюдо» - 116 учащихся;
- на отделении «Легкая атлетика» - 62 учащихся;
- на отделении «Лыжные гонки» - 143 учащихся;
- на отделении «Плавание» - 57 учащихся;
- на отделении «Теннис» - 22 учащихся;
- на отделении «Тхэквондо» - 133 учащихся;
- на отделении «Тяжелая атлетика» - 51 учащихся;
- на отделении «Футбол» - 117 учащихся;
- на отделении «Шахматы» - 34 учащихся.

2. Отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса.

Принцип комплексности - предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля);

Принцип преемственности - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям спортивного мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технико-тактической подготовленности.

Принцип вариативности - предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующиеся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Одним из главных направлений совершенствования многолетней подготовки по видам спорта является изменение программно-нормативных требований к уровню подготовленности спортсменов на различных этапах многолетней подготовки, изменение требований к уровню физической и технической подготовленности учащихся по годам обучения и необходимое для этого снижение количества занимающихся в группах и увеличение времени тренировочных часов.

Программы являются документами, которые определяют с одной стороны стратегию массового спорта, т.е. подготовку физически развитых, здоровых людей, а с другой – выявляющим способных юных спортсменов для дальнейшего спортивного совершенствования.

Разработка программ по видам спорта, на каждом этапе подготовки, опирается на основные теоретико-методические положения, определяющие непрерывную последовательность тренировочного процесса, логическую преемственность целей и задач спортивной подготовки, направленных не только на повышение спортивной работоспособности, но и возможное сохранение здоровья юных и квалифицированных спортсменов.

3. Структура системы многолетней подготовки.

В структуре современной системы подготовки спортсменов кроме физической, технической, тактической, психологической подготовки необходимы знания вопросов отбора и ориентации, моделирования и прогнозирования, управления и контроля; внутренировочных и внесоревновательных факторов; травматизма, питания спортсменов, допинга в спорте.

Характерными чертами многолетней подготовки спортсменов на различных этапах являются:

- возраст и стаж занятий для достижения первых больших успехов (выполнение нормативов);
- краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей и подростков;
- основные методические положения многолетней подготовки;
- этапы спортивной подготовки и их взаимосвязь;
- преимущественная направленность тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки с учетом сенситивных периодов развития физических качеств у юных спортсменов;
- минимальный возраст начала занятий избранным видом спорта, количество занимающихся в группах, режим тренировочной работы, нормативные характеристики процесса подготовки.

В данной программе, многолетняя подготовка рассматривается как единый процесс, который осуществляется на основе следующих методических положений:

- 1) строгая преемственность задач, средств и методов тренировки детей, подростков, юниоров и взрослых спортсменов;
- 2) неуклонное возрастание объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется: из года в год увеличивается удельный вес объема СФП (по отношению к общему объему тренировочных нагрузок) и соответственно уменьшается удельный вес ОФП;
- 3) непрерывное совершенствование спортивной техники;
- 4) неуклонное соблюдение принципа постепенности применения тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней тренировки юных спортсменов;
- 5) правильное планирование тренировочных и соревновательных нагрузок, принимая во внимание периоды полового созревания;
- 6) осуществление как одновременного развития физических качеств спортсменов на всех этапах многолетней подготовки, так и преимущественного развития отдельных физических качеств в наиболее благоприятные возрастные периоды.

Подготовка юных спортсменов осуществляется: в спортивно-оздоровительных группах (СОГ-1,2,3), в группах начальной подготовки (ГНП-1,2,3). Начальная специализация – в учебно-тренировочных группах 1-2-3 годов обучения. (УТГ-1,2,). Углубленная тренировка в учебно-тренировочных группах 3-4-5- годах обучения (УТГ-4,5,).

4. Периоды подготовки.

В группах начальной подготовки свыше года с ростом общего объема работы выделяется два периода: подготовительный и соревновательный. Базовый этап подготовительного периода характеризуется значительными объемами общей и специальной физической подготовки. Для специального этапа подготовительного периода характерно снижение объемов общей физической подготовки (без снижения объемов специальной) и увеличение объемов технической подготовки.

Недельный режим работы предусматривает трехразовые тренировки с продолжительностью занятий по 2 и 3 академических часа.

МБОУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» вправе по своему усмотрению определять недельный режим работы. Он может быть двух видов: 2 раза в неделю по 2 часа (спортивно-оздоровительные группы) или 4 раза в неделю по 3 часа.

Важным разделом подготовки юных спортсменов в учебно-тренировочных группах является соревновательная деятельность. Участвуя в соревнованиях различного ранга, спортсмены приобретают соревновательный опыт, учатся концентрировать внимание на выполнении разученных прыжков, управлять своими эмоциями, преодолевать волнение и напряжение, которыми сопровождается соревновательная деятельность.

Рекомендуется на специальном этапе подготовительного периода проведение соревнований с целью проверки уровня специальной физической и технической подготовленности. Основные соревнования рекомендуется проводить в конце учебного года.

Планирование работы с учебно-тренировочными группами свыше двух лет может иметь одноцикловую, двухцикловую и трехцикловую периодизацию. В данных группах учащиеся проходят углубленную специализированную подготовку. Недельный режим работы увеличивается до 18 часов (6 раз в неделю по 3 часа).

5. Организация и проведение текущего, промежуточного и итогового контроля (аттестации).

Промежуточный контроль основывается на индивидуальном подходе к каждому ребёнку. При контроле учитывается динамика развития ребёнка в период обучения по образовательной программе в зависимости от того или иного вида аттестации.

Аттестация учащихся в учебных группах проводится два раза в год. Контрольно-переводные нормативы учащихся осуществляется во всех группах по завершении весеннего подготовительного периода (май) и осеннего периода – промежуточная аттестация (декабрь).

Критерии текущей и промежуточной аттестации:

- спортивная подготовленность (присвоенный разряд);
- протоколы внутришкольных, городских, областных и всероссийских соревнований, а также матчевых встреч;
- итоговое занятие;
- тестирование.

Для проведения аттестации тренер-преподаватель по спорту готовит: спортивный инвентарь, место проведения, лист участия детей в контрольных испытаниях.

Система оценок устанавливается в соответствии с образовательной программой по виду спорта: по пятибалльной системе. Испытания, принимаемые у учащихся тренером-преподавателем оформляются протоколами. Протокол после сдачи контрольно-переводных нормативов предоставляется на утверждение директору, и служат основанием для приказа о переводе учащегося на следующий год (этап) обучения, снижении этапа подготовки.

Уровень требований к оценке результатов промежуточной аттестации учащихся определяется в учебной программе с опорой на ФССП по виду спорта.

Перевод учащихся по годам обучения на всех этапах многолетней подготовки осуществляется при условии положительной динамики роста спортивных показателей и удовлетворительного освоения программы соответствующего года и этапа подготовки.

6. Дополнительная предпрофессиональная программа по боксу.

Возраст учащихся: 10-18 лет

Срок реализации: 8 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки 3 года;

- тренировочный этап (период базовой подготовки и спортивной специализации) – 5 лет.

Данная дополнительная предпрофессиональная программа предназначена для обучающихся, занимающихся в МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа».

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана с соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 20.03.2013 № 123 - Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта бокс и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Цель – развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, улучшение физической подготовленности и физического развития посредством занятий боксом.

Задачи:

1. Формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.
2. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся.
3. Формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации.
4. Выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Прогнозируемые результаты:

- овладение знаниями и умениями в соответствии с материалом дополнительной предпрофессиональной программы;
- успешная сдача контрольных нормативов;
- повышение уровня физической подготовленности;
- выполнение спортивных разрядов.

Дополнительная предпрофессиональная программа обеспечивает преемственность с программами профессионального модуля в области физической культуры и спорта.

В программе имеется титульный лист, пояснительная записка, учебный план, методическая часть, система контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения и приложения.

В пояснительной записке программы дается характеристика избранного вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации обучения, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы), минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах.

В учебном плане указывается соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения, включая время, отводимое для самостоятельной работы обучающихся, в том числе и по индивидуальным планам. Образовательное учреждение имеет право реализовывать дополнительную предпрофессиональную программу в сокращённые сроки, а также по индивидуальным учебным планам с учётом действующих федеральных государственных требований.

Учебный план рассчитан на 46 недель, в котором предусматриваются следующее соотношение объемов по предметным областям в соответствии с ФГТ:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);
- теоретическая подготовка в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 20% до 25% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- технико-тактическая и психологическая подготовка в объеме от 10% до 15% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа обучающихся в пределах до 10% от общего объема учебного плана

Методическая часть программы включает в себя: методику организации учебно-тренировочного процесса, методические основы планирования, структуру занятия и годичного цикла.

В разделе «Система контроля и зачетные требования» приемные контрольно-переводные требования для разных групп, нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, контрольно-переводные нормативы, позволяющие провести промежуточную аттестацию учащихся.

Перечень информационного обеспечения программы включает список литературы, перечень аудиовизуальных средств с учетом специфики вида спорта бокс, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

7. Дополнительная предпрофессиональная программа по дзюдо.

Возраст учащихся: 10-18 лет

Срок реализации: 8 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки 3 года;
- тренировочный этап (период базовой подготовки и спортивной специализации) – 5 лет.

Данная дополнительная предпрофессиональная программа предназначена для обучающихся, занимающихся в МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа».

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 19.09.2013 № 231 - Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта дзюдо и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Дополнительная предпрофессиональная программа по дзюдо имеет четко выработанную структуру и содержание. В пояснительной записке дается характеристика дзюдо, его отличительные особенности, специфика организации тренировочного процесса, длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки, минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах.

Методическая часть программы достаточно полно раскрывает педагогические, психологические, технико-тактические, воспитательные и восстановительные условия необходимые для получения спортивных результатов. Раздел системы контроля и зачетных требований раскрывает сущность педагогического и врачебного контроля, виды контроля: текущий, промежуточный и итоговый, определены нормативы для зачисления на этапы подготовки и контрольно-переводные нормативы. Дополнительная предпрофессиональная программа по дзюдо соответствует установленным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам.

Отличительная особенность данной программы заключается в поэтапном преемственном развитии обучающихся, начиная с 10 - летнего возраста.

В данной программе представлены модель построения системы многолетней подготовки, планы построения тренировочного процесса по годам обучения.

Цель программы — развитие физически здоровой и нравственно полноценной личности через учебно-тренировочные занятия, формирование устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической культурой и спортом, формирование навыков ЗОЖ.

Основные задачи:

- привлечь максимально возможное количество детей различного возраста к систематическим занятиям дзюдо;
- сформировать у учащихся основы здорового образа жизни, гигиенической культуры и препятствовать появлению вредных привычек;

- развивать физические качества учащихся, повышать функциональные возможности организма, укреплять здоровье и закалять организм;
- приобретать необходимые теоретические знания в области физической культуры и избранного вида спорта – борьба, совершенствовать двигательные умения и навыки;
- организовать занятость детей во внеурочное время, (профилактика правонарушений и асоциального поведения);

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика обучающихся.

Контроль за освоением курса обучения по программе отслеживается следующим образом:

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе служат нормативные требования по общей физической подготовке, технической и специальной подготовке.

- контрольное тестирование проводится три раза в год (октябрь, январь, май).

Итогом освоения учебного курса программы ожидаются следующие результаты:

- стабильность учащихся в группах;
- рост индивидуальных показателей физических качеств;
- укрепление здоровья;
- приобретение навыков ЗОЖ и формирование общей культуры;
- положительная динамика спортивно-технического мастерства;
- достижение высоких спортивных результатов;
- воспитание патриотизма, уважения к правам и свободам человека.

Перечень информационного обеспечения программы включает список литературы, перечень аудиовизуальных средств с учетом специфики вида спорта дзюдо, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

8. Дополнительная предпрофессиональная программа по лёгкой атлетике.

Возраст учащихся: 9-18 лет

Срок реализации: 7 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки 2 года;
- тренировочный этап (период базовой подготовки и спортивной специализации) – 5 лет.

Дополнительная предпрофессиональная программа «Лёгкая атлетика» отражает единую систему подготовки спортсменов-атлетов в условиях детско-юношеской спортивной школы.

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана с соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 24.04.2013 г. № 220- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лёгкая атлетика и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

В программе имеется титульный лист, пояснительная записка, учебный план, методическая часть, система контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения и приложения.

В пояснительной записке программы дается характеристика избранного вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации обучения, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы), минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах.

В учебном плане указывается соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения, включая время, отводимое для самостоятельной работы обучающихся, в том числе и по индивидуальным планам.

Учебный план рассчитан на 46 недель, в котором предусматриваются следующее соотношение объемов по предметным областям в соответствии с ФГТ:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);
- теоретическая подготовка в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 30% до 35% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 15% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа обучающихся в пределах до 10% от общего объема учебного плана.

Методическая часть программы включает в себя: методику организации учебно-тренировочного процесса, методические основы планирования, структуру занятия и годичного цикла.

В разделе «Система контроля и зачетные требования» приемные контрольно-переводные требования для разных групп, нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, контрольно-переводные нормативы, позволяющие провести промежуточную аттестацию учащихся.

Перечень информационного обеспечения программы включает список литературы, перечень аудиовизуальных средств с учетом специфики вида спорта легкая атлетика, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

9. Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам.

Возраст учащихся: 9-18 лет

Срок реализации: 8 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки 3 года;
- тренировочный этап (период базовой подготовки и спортивной специализации) – 5 лет

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана с соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 14.0.2013 г. № 111- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса лыжников-гонщиков на различных этапах многолетней подготовки.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся;
- подготовка лыжников-гонщиков высокой квалификации, резерва сборной команды России;
- воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов;
- подготовка инструкторов и судей по лыжному спорту.

Основные показатели выполнения программных требований:

На этапе начальной подготовки:

- стабильность состава занимающихся;
- динамика прироста показателей физической подготовленности;

-уровень освоения основ техники лыжных гонок.

На учебно-тренировочном этапе:

-состояние здоровья, уровень физического развития занимающихся;

-динамика уровня подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся;

-освоение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой;

-освоение теоретического раздела программы.

Режим учебно-тренировочной работы рассчитан на 46 недель.

10. Дополнительная предпрофессиональная программа по плаванию.

Дополнительная предпрофессиональная программа по плаванию позволяет последовательно решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной подготовки.

Возраст учащихся: 7-18лет

Срок реализации программ: 8 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки - 3 года;

- тренировочный этап (период базовой и углубленной специализации) -5лет.

Годовой календарный учебный график рассчитан на 52 недели.

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана с соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 03.04.2013 г. № 164- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта плавание и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Цели программы:

- объединить основные методические положения и опираясь на особенности современного этапа развития спорта, построить рациональную единую систему многолетней предпрофессиональной подготовки обучающихся;

- гармоничное и всестороннее развитие обучающихся, развитие нравственной, интеллектуальной, физически крепкой и здоровой личности, способной к творчеству и самоопределению, воспитания стойкого интереса к занятиям плаванием, создания условий для достижения высоких спортивных результатов.

Основные задачи программы:

- отбор одаренных детей, подростков и дальнейшее развитие спортивных и творческих способностей;

- развитие личности и утверждение здорового образа жизни;

- овладение основами техники плавания;

- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.

Прогнозируемые результаты:

- получение знаний основ теории и методики физической культуры и спорта;

- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий плаванием;

- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию;

- овладение основами техники и тактики в плавании;

- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;

- выполнение спортивных разрядов и званий по плаванию.

В программе имеется титульный лист, пояснительная записка, учебный план, методическая часть, система контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения и приложения.

В пояснительной записке программы дается характеристика избранного вида спорта, его

отличительные особенности и специфика организации обучения, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы), минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах.

В учебном плане указывается соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения, включая время, отводимое для самостоятельной работы обучающихся, в том числе и по индивидуальным планам.

Учебный план рассчитан на 46 недель, в котором предусматриваются следующее соотношение объемов по предметным областям в соответствии с ФГТ:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);
- теоретическая подготовка в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 30% до 35% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 15% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа обучающихся в пределах до 10% от общего объема учебного плана.

Методическая часть программы включает в себя: методику организации учебно-тренировочного процесса, методические основы планирования, структуру занятия и годичного цикла.

В разделе «Система контроля и зачетные требования» приемные контрольно-переводные требования для разных групп, нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, контрольно-переводные нормативы, позволяющие провести промежуточную аттестацию учащихся.

Перечень информационного обеспечения программы включает список литературы, перечень аудиовизуальных средств с учетом специфики вида спорта плавание, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

11. Дополнительная предпрофессиональная программа по теннису.

Дополнительная предпрофессиональная программа по теннису позволяет последовательно решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной подготовки.

Возраст учащихся: 7-18 лет

Срок реализации программ: 8 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки - 2 года;
- тренировочный этап (период базовой и углубленной специализации) - 5 лет.

Годовой календарный учебный график рассчитан на 46 недель.

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 18.06.2013 г. № 399- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта теннис и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Цели программы:

- объединить основные методические положения и опираясь на особенности современного этапа развития спорта, построить рациональную единую систему многолетней предпрофессиональной подготовки обучающихся;
- гармоничное и всестороннее развитие обучающихся, развитие нравственной, интеллектуальной, физически крепкой и здоровой личности, способной к творчеству и

самоопределению, воспитания стойкого интереса к занятиям плаванием, создания условий для достижения высоких спортивных результатов.

Основные задачи программы:

- отбор одаренных детей, подростков и дальнейшее развитие спортивных и творческих способностей;
- развитие личности и утверждение здорового образа жизни;
- овладение основами техники тенниса;
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.

Прогнозируемые результаты:

- получение знаний основ теории и методики физической культуры и спорта;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий теннисом;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию;
- овладение основами техники и тактики в теннисе;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов и званий по теннису.

В программе имеется титульный лист, пояснительная записка, учебный план, методическая часть, система контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения и приложения.

В пояснительной записке программы дается характеристика избранного вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации обучения, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы), минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах.

В учебном плане указывается соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения, включая время, отводимое для самостоятельной работы обучающихся, в том числе и по индивидуальным планам.

Учебный план рассчитан на 46 недель, в котором предусматриваются следующее соотношение объемов по предметным областям в соответствии с ФГТ:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);
- теоретическая подготовка в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 30% до 35% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 15% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа обучающихся в пределах до 10% от общего объема учебного плана.

Методическая часть программы включает в себя: методику организации учебно-тренировочного процесса, методические основы планирования, структуру занятия и годичного цикла.

В разделе «Система контроля и зачетные требования» приемные контрольно-переводные требования для разных групп, нормативы максимального объема тренировочной нагрузки, контрольно-переводные нормативы, позволяющие провести промежуточную аттестацию учащихся.

Перечень информационного обеспечения программы включает список литературы, перечень аудиовизуальных средств с учетом специфики вида спорта теннис, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

12. Дополнительная предпрофессиональная программа по тхэквондо.

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «тхэквондо» имеет четко выработанную структуру и содержание, обеспечивает преемственность задач, средств, методов, форм подготовки обучающихся всех возрастных групп, которая основана на целенаправленной двигательной активности: оптимальное соотношение процессов тренировки, воспитания физических качеств и формирования двигательных умений, навыков и различных сторон подготовленности; рост объема средств общей и специальной физической подготовки; строгое соблюдение постепенности в процессе наращивания нагрузок; одновременное развитие отдельных качеств в возрастные периоды, наиболее благоприятные для этого.

Возраст учащихся: 7-18 лет

Срок реализации программ: 7 лет

Организация занятий по программам осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки - 2 года;
- тренировочный этап (период базовой и углубленной специализации) - 5 лет.

Годовой календарный учебный график рассчитан на 46 недель.

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана с соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 18.02.2013 г. № 62- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта тхэквондо и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

В пояснительной записке дается характеристика вида спорта тхэквондо, его отличительные особенности, специфика организации тренировочного процесса, длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки, минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах.

Методическая часть программы достаточно полно раскрывает педагогические, психологические, технико-тактические, воспитательные и восстановительные условия необходимые для получения спортивных результатов.

Раздел системы контроля и зачетных требований раскрывает сущность педагогического и врачебного контроля, виды контроля: текущий, промежуточный и итоговый, определены нормативы для зачисления на этапы подготовки и контрольно-переводные нормативы.

При реализации предпрофессиональной программы устанавливаются следующие этапы:

- 1) этап начальной подготовки;
- 2) учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации, этап совершенствования спортивного мастерства).

Этап начальной подготовки - систематические занятия спортом максимального возможного числа детей и подростков, направленные на развитие их личности, привитие навыков здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, определение специализации.

Тренировочный этап (этап спортивной специализации) - улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие, и повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программы по виду спорта тхэквондо.

Этап совершенствования спортивного мастерства (набор не проводится, продолжают обучение, прошедшие обучение на тренировочном этапе) - специализированная подготовка с учетом индивидуальных особенностей перспективных спортсменов для достижения ими высоких стабильных результатов, позволяющих войти в состав сборных команд Российской Федерации, субъектов Российской Федерации.

Результатом реализации Программы является:

На этапе начальной подготовки: - формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники;

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья обучающихся;
- отбор перспективных юных обучающихся для дальнейших занятий.

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации): - повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;

- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья обучающихся.

На этапе совершенствования спортивного мастерства: - повышение функциональных возможностей организма спортсменов;

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья обучающихся.

Дополнительная предпрофессиональная программа соответствует установленным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам.

13. Дополнительная образовательная программа по тяжёлой атлетике.

Образовательная программа по тяжелой атлетике МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» подготовлена на основе федерального государственного стандарта с учётом ФССП.

Возраст учащихся: 10-18 лет

Срок реализации программ: 7 лет

Программа сохраняет преемственность подходов и принципов, содержит необходимые данные, отвечающие современным требованиям и условиям работы тренеров-преподавателей. Основная направленность образовательной программы выражается в следующем:

- содействие гармоническому физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся;
- овладение основными двигательными действиями;
- воспитание основных двигательных качеств;
- формирование знаний в сфере физической культуры и спорта;
- воспитание волевых и морально-этических качеств, социальной активности у обучающихся.

Нормативный срок освоения программы — 7 лет. Программой предусмотрена организация образовательного процесса на этапе начальной подготовки 2 года и на учебно-тренировочном этапе 5 лет.

Учебный план рассчитан на 46 недель, в котором предусматриваются следующее соотношение объемов по предметным областям в соответствии с ФГТ:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);
- теоретическая подготовка в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 30% до 35% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 15% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа обучающихся в пределах до 10% от общего объема учебного плана.

В зависимости от этапа подготовки учебно-тренировочный процесс должен быть направлен на решение следующих основных задач:

— на этапе начальной подготовки: укрепление здоровья и закаливание организма, всестороннее физическое развитие, обучение технике тяжелоатлетических упражнений, формирование интереса к тяжелоатлетическому спорту, воспитание моральных и волевых качеств, приобретение первого опыта участия в соревнованиях и начальных навыков работы в качестве ассистента судей и тренера, выполнение контрольно-переводные нормативы для зачисления на учебно-тренировочный этап;

— на учебно-тренировочном этапе: дальнейшее укрепление здоровья, повышение уровня общей и специальной физической подготовленности, развитие двигательных и воспитание моральных и волевых качеств, изучение и совершенствование техники тяжелоатлетических упражнений, приобретение необходимого опыта участия в соревнованиях, приобретение знаний и навыков тренера и судьи, выполнение нормативов I спортивного разряда.

На учебно-тренировочный этап зачисляются обучающиеся, прошедшие спортивную подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года и выполнившие установленные программой контрольно-переводные нормативы.

Продолжительность одного занятия на этапе начальной подготовки не должна превышать двух академических часов, на учебно-тренировочном этапе — четырех.

Дополнительная предпрофессиональная программа соответствует установленным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам.

14.Дополнительная образовательная программа по шахматам.

Образовательная программа по тяжелой атлетике МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» подготовлена на основе федерального государственного стандарта с учётом ФССП.

Возраст учащихся:7-18лет

Срок реализации программ: 8 лет

Программа разработана с учетом современных требований, предъявляемых к шахматистам высокой квалификации, тематические планы учебно-тренировочных групп включает в себя темы, при изучении которых необходимо учитывать тенденции развития современных шахмат.

В программе реализуется не только принцип «от простого к сложному» (т.е. последовательного усложнения материала), но и принцип историзма – теория шахмат раскрывается как исторический (хронологически) процесс непрерывного углубления в законы шахматной игры, который происходил в течении нескольких столетий и продолжается в наши дни. Такой подход характерен для многих областей человеческого знания, и в этом заключается **педагогическая целесообразность** данной программы.

Цели образовательной программы:

- воспитание всесторонне развитой личности путем приобщения детей к шахматной культуре;
- развитие творческих способностей, навыков логического и абстрактного мышления, навыков принятия решений в различных ситуациях;
- подготовка шахматистов высокой квалификации.

Задачи образовательной программы:

- сформировать у ребенка устойчивый интерес к шахматам;
- обучить основным приемам и методам во всех стадиях шахматной игры;
- способствовать развитию индивидуальных качеств ребенка;
- отработать помимо специальных шахматных навыков, психологическую устойчивость, развить волевые качества, целеустремленность, настойчивость в преодолении недостатков и трудолюбие;
- предоставить возможность использования современных компьютерных методик для освоения шахмат.

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ: особенностью программы является то, что она разработана с учетом современных направлений развития шахмат. В последнее время очень

сильно выросла спортивная составляющая шахмат. Тенденция к ускоренным контрольным играм на соревнованиях, а также новейшие компьютерные игровые программы и базы данных – все это предъявляет повышенные требования к уровню подготовки шахматиста. В группы принимаются обучающиеся, имеющие желание заниматься данным видом спорта. Набор детей осуществляется согласно заявлениям родителей, а так же при наличии медицинской справки о состоянии здоровья.

15.Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу.

Возраст обучающихся: 9-18 лет

Срок реализации программы: 8 лет:

- этап начальной подготовки –3 года

- тренировочный этап -5 года

Режим учебно-тренировочной работы: 46 учебных недель.

Дополнительная предпрофессиональная программа разработана с соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, Федеральным стандартам спортивной подготовки УТВЕРЖДЕН: Приказом Министерства спорта России от 21.02.2013 г. № 73- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Цель программы:

- укрепление здоровья и закаливание организма детей, формирование личности, ориентированной на общечеловеческие ценности посредством комплекса всесторонней физической подготовки и систематическими занятиями футболом.
- нормативно-правовое и методическое обеспечение построения, содержания, организации и осуществления образовательного процесса по подготовке футболистов.

Основные задачи программы:

- привлекать максимально возможное число детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом, направленным на укрепление здоровья, развитие их личности, уважение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;
- расширять знания в области футбола и спорта в целом;
- обучить навыкам игры в футбол;
- совершенствовать двигательные навыки;
- развивать и расширять функциональные возможности;
- сохранять и повышать спортивную работоспособность;
- прививать навыки гигиены и закаливания организма;
- укреплять здоровье детей;
- прививать интерес к систематическим занятиям футболом;
- формировать потребность в самостоятельных занятиях футболом;
- организация свободного времени детей;
- выявлять и поддерживать детей, проявивших выдающиеся способности;
- привлекать к специализированной спортивной подготовке оптимальное число перспективных спортсменов для достижения ими высоких результатов;
- воспитывать гражданственность, трудолюбие, уважение к правилам и свободам человека, окружающей природе, семье, Родине, государственной символике;
- вырабатывать осознанный выбор профессии обучающимися;
- адаптировать обучающихся к жизни в обществе, профессиональную ориентацию;
- формировать общую культуру;
- обеспечивать необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда детей.

Основным условием выполнения этих задач является многолетняя и целенаправленная подготовка юных футболистов, которая предусматривает **следующие направления:**

- содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности, укреплению здоровья учащихся;
- повышение тренировочных и соревновательных, обладающих высоким уровнем командной игровой подготовки и бойцовскими качествами, спортсменов;
- подготовку инструкторов-преподавателей и судей по футболу.

Программа предусматривает:

- организацию спортивного отбора;
- проведение практических и теоретических занятий;
- обязательное выполнение учебного плана, приемных, выпускных и переводных контрольных нормативов;
- регулярное участие в соревнованиях и проведение контрольных игр;
- осуществление восстановительно-профилактических мероприятий;
- создание условий для проведения регулярных круглогодичных занятий;
- организацию систематической воспитательной работы;
- привитие юным спортсменам навыков спортивной этики, дисциплины, любви и преданности своему коллективу;
- привлечение родительского актива к регулярному участию в организации учебно-воспитательной работы.

Основные формы учебно-тренировочного процесса:

- теоретические и практические групповые учебно-тренировочные занятия,
- медико-восстановительные мероприятия,
- тестирование,
- участие в соревнованиях, учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед вышестоящими по рангу соревнованиями.

Ожидаемые результаты

- Улучшение физической подготовленности обучающихся, приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта футбол;
- Укрепление здоровья и общего самочувствия;
- Повышение уровня общей и специальной физической, технической и психологической подготовки;
- Формирование спортивной мотивации.

Определение итогов реализации программы:

- Контрольно-переводное тестирование
- Соревнования различного масштаба
- Выполнение квалификационных разрядов
- Текущее и комплексное медицинское обследование функций организма, весоростовых показателей.