

**Сведения**

**о реализуемых образовательных программах и программах спортивной подготовки  
в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования  
«спортивная школа» ЗАТО п. Солнечный Красноярского края**

№ п/п	<b>Наименование программы</b>	<b>Срок реализации</b>	<b>Цели, задачи</b>	<b>Краткое содержание</b>	<b>Требования, минимальный возраст для зачисления</b>
1.	Баскетбол	8 лет	<p><b>Цель программы:</b> формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общественной культуры; укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания потребности для занятия спортом.</p> <p><b>Задачи:</b> укрепление здоровья, достижение высокого уровня основных физических качеств и совершенствование техники и тактики игры, осуществление гармоничного развития личности, воспитание морально-волевых качеств.</p>	<p>Баскетбол - одна из самых популярных игр не только в мире, а так же в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведения мяча, осуществляемые в единоборствах с соперниками.</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и предоставлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 8 лет.</p>
2.	Волейбол	8 лет	<p><b>Цель:</b> создание условий для формирования и развития спортивных и профессиональных способностей учащихся, удовлетворения их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном развитии.</p> <p><b>Задачи:</b> улучшение состояния здоровья и закаливание; устранение недостатков физического развития; привлечение максимально возможного числа детей и подростков к занятиям волейболом, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни; обучение основам техники игры в волейбол и широкому кругу двигательных навыков; приобретение учащимися разносторонней физической подготовленности: развитие аэробной выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей; воспитание морально-этических и волевых качеств; формирование социально-значимых качеств личности;</p>	<p>Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 9 лет.</p>

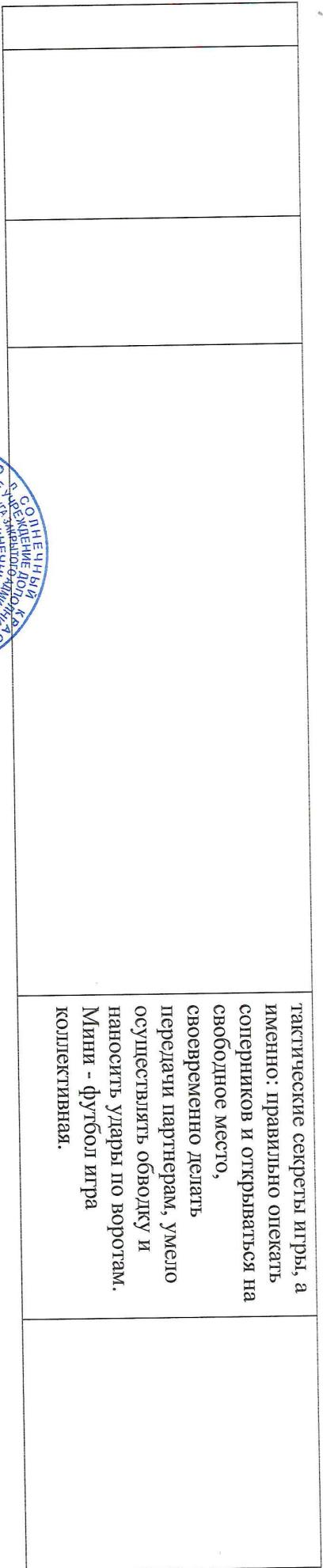
3.	Дзодо	8 лет	<p><b>Цель:</b> освоение обучающимися содержания Программы соответственно году обучения в условиях формирования ключевых компетенций.</p> <p><b>Задачи:</b> формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; обеспечить получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта; формировать ценностное отношение к занятиям спортом, социальные и позитивные личностные качества и навыки начальной профессиональной ориентации; способствовать развитию познавательных процессов и способов деятельности в рамках образовательного процесса; познакомить с основами профессиональной деятельности.</p>	<p>Дзодо - японское национальное единоборство, основой которого являются броски, удержания, болевые приемы (только руками и только на руки) и удушающие (задерживающие дыхание)</p> <p>наиболее опасных приемов изучаются только в форме катага. Спортсмены выступают без обуви в специальной одежде - куртке с поясом и брюках (дзюлоты), на специальных матах - татами.</p> <p>При борьбе стоя с помощью различных приемов (подножек, подсечек, бросков и др.) спортсмены стремятся бросить друг друга на татами, при борьбе лежа, применяя захваты, удержать противника прижатым спиной к татами в течение 20 секунд или болевыми приемами и удушающими захватами заставить его признать себя побежденным.</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 7 лет.</p>
4.	Лыжные гонки	8 лет	<p><b>Цель:</b> физическое, нравственное и интеллектуальное развитие личности ребенка средствами лыжных гонок, укрепление здоровья, мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p><b>Задачи:</b> укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации; получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта; удовлетворение</p>	<p>Лыжные гонки - вид лыжного спорта — состязания в беге на лыжах обычно по пересеченной местности по специально подготовленной трассе. В физическом воспитании лыжный спорт занимает одно из ведущих мест. Лыжи</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 9 лет.</p>

			потребностей в двигательной активности; отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития; вовлечение максимального числа детей и подростков в систему занятий физической культурой и спортом; формирование потребности к занятиям спортом и ведения здорового образа жизни; общая физическая подготовка детей и подростков;
5.	Пауэрлифтинг 8 лет	<b>Цель:</b> освоение обучающимися содержания Программы соответственno году обучения на основе формирования ключевых компетенций и профессионального самоопределения. <b>Задачи:</b> продолжить формирование у обучающихся культуры и безопасного образа жизни; продолжить формирование ценностного отношения к занятиям спортом, социальных и позитивных личностных качеств и навыков профессиональной ориентации; способствовать расширению познавательных процессов и способов деятельности в рамках образовательного процесса; организовать деятельность по углублению знаний и умений профессиональной педагогической деятельности.	<p>Пауэрлифтинг(силовое троеборье) – силовой вид спорта, суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжелого для спортсмена веса.</p> <p>Пауэрлифтинг также называют силовым троеборьем. Связано это с тем, что в качестве соревновательных дисциплин в него входят три упражнения: приседания со штангой на спине (точнее на верхней части лопаток), жим штанги лежа на горизонтальной скамье и тяга штанги – которые в сумме и определяют квалификацию спортсмена.</p> <p>доступны для детей с самого раннего возраста. Хольба на лыжах оказывает всестороннее влияние на организм детей. При передвижении по равнине и пересеченной местности с преодолением подъемов и спусков в работу вовлекаются все основные группы мышц ног, рук и туловища. Лыжный спорт благотворно воздействует на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы.</p> <p>Пауэрлифтинг на Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и предоставлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 10 лет.</p>

6.	Полиатлон	8 лет	<p><b>Цель:</b> освоение обучающимися содержания Программы соответствующему году обучения в условиях формирования ключевых компетенций.</p> <p><b>Задачи:</b> формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;</p> <p>обеспечить получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта; формировать ценностное отношение к занятиям спортом, социальные и позитивные личностные качества и навыки начальной профессиональной ориентации; способствовать развитию познавательных процессов и способов деятельности в рамках образовательного процесса; познакомить с основами профессиональной деятельности.</p>	<p>Полиатлон как вид спорта создан в 1992 году на основе существовавших в ССР программ «Многоборий ГТО» и детских Многоборий «Старты Надежды».</p> <p>Современный полиатлон – это комплексные спортивные многоборья, целью которых является развитие у занимающихся основных функциональных систем физических качеств и прикладных навыков.</p> <p>Отличительной особенностью как вида спорта является то, что в него включены упражнения из разных видов спорта: легкой атлетики, плавания, гимнастики, пулевой стрельбы, лыжного спорта и других видов.</p>	<p>Полиатлон как вид спорта создан в 1992 году на основе существовавших в ССР программ «Многоборий ГТО» и детских Многоборий «Старты Надежды».</p> <p>Современный полиатлон – это комплексные спортивные многоборья, целью которых является развитие у занимающихся основных функциональных систем физических качеств и прикладных навыков.</p> <p>Отличительной особенностью как вида спорта является то, что в него включены упражнения из разных видов спорта: легкой атлетики, плавания, гимнастики, пулевой стрельбы, лыжного спорта и других видов.</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 10 лет.</p>
7.	Спортивный туризм	8 лет	<p><b>Цель:</b> базовая подготовка спортсменов по виду спорта «Спортивный туризм».</p> <p>На базовом уровне спортивной подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта и выполнение контрольных нормативов для зачисления на углубленный уровень.</p> <p><b>Задачи:</b> формирование устойчивого интереса к спортивному туризму, как активной, познавательной и оздоровительной деятельности; формирование мотивации к систематическим занятиям спортом и здоровому образу жизни; создание и развитие детского коллектива, как инструмента (средства) воспитания; воспитание морально-волевых качеств; укрепление и планомерное повышение уровня общей и</p>	<p>Спортивный туризм – вид спорта, состоящий из двух групп спортивных дисциплин: группа дисциплин: «маршрут», соревнования по которым состоят в прохождении спортивных туристских маршрутов с преодолением препятствий в природной среде (перевалов, вершин, порогов, каньонов, пещер и пр.); группа дисциплин «дистанция», соревнования</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 8 лет.</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 8 лет.</p>

8.	Мини-футбол (футзал)	8 лет	<p>специальной подготовленности; приобщение к по которым состоит в непосредственному познанию окружающего мира в преодолении проложенных в природной доступных географических пределах; обучение основам техники и тактики спортивного туризма, знакомство с основами ориентирования, с обеспечением безопасности и организацией быта в полевых условиях; предоставление возможности в приобретении соревновательного опыта; подготовка к выполнению норм на присвоение юношеских спортивных разрядов; формирование интереса к целенаправленной спортивной подготовке.</p> <p><b>Цель:</b> освоение обучающимися содержания Программы соответствующему году обучения в условиях формирования ключевых компетенций.</p> <p><b>Задачи:</b> формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; обеспечить получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта; формировать ценностное отношение к занятиям спортом, социальные и позитивные личностные качества и навыки начальной профессиональной ориентации; способствовать развитию познавательных процессов и способов деятельности в рамках образовательного процесса;</p> <p>- познакомить с основами профессиональной деятельности.</p>	<p>Мини-Футбол как разновидность обычного футбола. Но, несмотря на различия между двумя достаточно тесное родство, играми существуют. В мини-футболе: площадка и ворота вдвое меньше, а мяч легче. Каждая команда состоит из 5 игроков (вратарь и четыре полевых).</p> <p>Продолжительность игры – два периода по 20 мин. Мини-футбол - игра быстрая и тактически очень сложная, требующая от играющих быстроты мышления, принятия самостоятельных решений, анализа ошибки. Только тот, кто соизмеряет свои силы с силами соперника, может успешно действовать на поле. Вот почему все увлекающиеся мини-футболом должны стремиться не только совершенствовать технику, они должны постигать,</p>	<p>Зачисление на отделение происходит по заявлению родителей и представлению медицинской справки о допуске к занятиям. Возраст не менее 8 лет.</p>

тактические секреты игры, а  
именно: правильно опекать  
соперников и открываться на  
свободное место,  
своевременно делать  
передачи партнерам, умело  
осуществлять обводку и  
наносить удары по воротам.  
Мини - футбол игра  
коллективная.



Директор МБУ ДО СПЗ  
ЗАТО п. Солнечный

Заместитель директора МБУ ДО СПЗ ЗАТО  
п. Солнечный по УВР



E.A. Климов

С.Н. Хисмутдинова