

**Аннотация к дополнительным общеобразовательным
общеразвивающим программам МБУ ДО «спортивная школа»
ЗАТО п.Солнечный**

Основное предназначение спортивной школы - реализация программ физического воспитания детей и организация физкультурно-спортивной работы по программам дополнительного образования детей в интересах личности, общества, государства.

Деятельность спортивной школы направлена на реализацию следующих задач:

- вовлечение максимально возможного числа детей и подростков в систематические занятия физической культурой, выявление у воспитанников пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к тренировкам;
- формирование у детей и подростков потребности в здоровом образе жизни, содействие гармоничному развитию личности, обеспечение условий для адаптации учащихся к жизни в обществе, для профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;
- укрепление здоровья, обеспечение повышения уровня физической подготовленности в соответствии с требованиями программ по видам спорта;
- формирование общей культуры личности обучающихся на основе усвоения обязательного минимума содержания учебных программ;
- воспитание у обучающихся, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека;
- выявление, развитие и поддержка одаренных детей, а также детей, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональная ориентация детей.

Основной показатель работы спортивной школы – стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований, результаты участия в соревнованиях. Выполнение нормативных требований по уровню подготовленности и состояние здоровья – основные условия перевода занимающихся на следующий год обучения.

В спортивной школе реализуются следующие общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности:

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу.

Волейбол (англ. volleyball от volley — «ударять мяч с лёта» (также переводят как «летающий», «парящий») и ball — «мяч») — вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), либо игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам и периодам подготовки:

- этап спортивно-оздоровительный –до 4 лет;
 - этап начальной подготовки – до 3 лет;
 - тренировочный этап (период базовой подготовки) – до 2 лет;
 - тренировочный этап (период спортивной специализации) – до 3 лет;
- Возраст 6-12 лет.

2. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу.

Баскетбол - одна из самых популярных командных игр в нашей стране. В системе физического воспитания баскетбол приобрел такую популярность из-за экономической доступности игры, высокой эмоциональности, большого зрелищного эффекта и самое главное, что эта игра благоприятно воздействовала на организм человека. Для баскетбола характерны разнообразные движения - ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Изучение программного материала рассчитано:

- спортивно-оздоровительный этап до 4 лет;
- начальной подготовки (не менее 3 лет),
- тренировочный (этап спортивной специализации), предусматривающий два периода обучения — период начальной специализации (2 года) и период углубленной специализации (3 года).

Возраст 6-10

3. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по спортивному туризму .

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники самостоятельно, при помощи карты и компаса должны пройти заданное число контрольных пунктов (КП), расположенных на местности. Кроме оздоровительной и спортивной направленности, ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину. При занятиях ориентированием вырабатываются такие необходимые человеку жизненно важные качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок, быстрая реакция.

Этапы подготовки:

- Спортивно-оздоровительный
- Начальной подготовки
- тренировочный

Минимальный возраст – 6 лет.

4. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по пауэрлифтингу

Пауэрлифтинг– неолимпийский вид спорта, представленный как в мужском, так и в женском варианте с разделением на весовые категории. Пауэрлифтинг предъявляет высокие требования к следующим кондициям организма спортсмена: скоростно-силовые качества, абсолютная сила, координация, гибкость, силовая выносливость. В настоящей программе выделено пять этапов спортивной подготовки - спортивно-оздоровительный этап (СО), этап начальной подготовки (НП), учебно-тренировочный этап (УТ), этап спортивного совершенствования (СС) и этап высшего спортивного мастерства (ВСМ). Минимальный возраст для зачисления на этапы спортивной подготовки – 10 лет, этап СО -8 лет.

5. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по дзюдо.

Борьба дзюдо - популярнейший вид спорта, имеющие огромное воспитательное, оздоровительное и прикладное значение. Занятия борьбой в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья, всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов, привитие здорового образа жизни, обеспечение необходимых условий для личностного развития детей, нравственного воспитания, морально-волевых качеств.

Возрастные границы этапов подготовки

Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки	Этап учебно-тренировочный
10-12 лет	10-12 лет	12-15 лет

6. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по мини-футболу.

Мини-футбóл — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника.

Многолетняя подготовка юных футболистов включает в себя спортивно-оздоровительный этап, этап начальной подготовки, тренировочный этап, этап спортивного совершенствования.

Программа спортивно-оздоровительных групп предназначена для детей с 6-10 - летнего возраста. Срок реализации программы -1 год.

Срок реализации программы спортивной подготовки - 8 лет.

7. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по полиатлону.

Полиатлон- неолимпийский вид спорта, включающий в себя комплексные спортивные многоборья, целью который является развитие у занимающихся основных физических качеств (выносливости, силы) и прикладных двигательных навыков. Цель программы: достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Основные формы учебно-тренировочного процесса: групповые тренировочные занятия, теоретические занятия, контрольные испытания, самостоятельная работа, спортивные соревнования.

Минимальный возраст детей, допускаемых к освоению программы спортивной подготовки — 12 лет. Срок реализации программы-8 лет. Минимальный возраст групп СО-6 лет.