

АННОТАЦИИ

к дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта, реализуемым в МБУДО ДЮСШ № 8

№ п/п	Наименование общеобразовательной программы	Аннотация
1	Дополнительная общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта «Дзюдо: дополнительная предпрофессиональная программа»	<p>Цель программы - физическое, нравственное и интеллектуальное развитие личности ребенка средствами дзюдо, укрепление здоровья, мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Основные задачи многолетней подготовки: на этапе начальной подготовки 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; изучение базовой техники дзюдо; выявление и поддержка детей, проявивших особые способности в дзюдо; воспитание волевых и морально-этических качеств личности; формирование навыков адаптации к жизни в обществе; на тренировочном этапе повышения уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; приобретения опыта и стабильность выступления на официальных соревнованиях; формирование спортивной мотивации; укрепление здоровья спортсменов. на этапе совершенствования спортивного мастерства повышение функциональных возможностей организма спортсменов; совершенствование специальных физических данных, технико-тактической и психологической подготовки; обеспечение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях; поддержание высокого уровня спортивной мотивации; сохранение и укрепление здоровья. Программа содержит в себе такие предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая подготовка, избранный вид спорта – дзюдо, другие виды спорта, технико-тактическая и психологическая подготовка, самостоятельная работа. Тренировочная деятельность организуется на основе данной программы и участием учащихся в тренировочных сборах, самостоятельной работой. Возраст детей, участвующих в реализации программы, - 10-17 лет.</p>
2	Дополнительная общеобразовательная программа в	Цель программы - физическое, нравственное и интеллектуальное развитие

	<p>области физической культуры и спорта «Самбо: дополнительная предпрофессиональная программа»</p>	<p>личности ребенка средствами самбо, укрепление здоровья, мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Основные задачи многолетней подготовки: на этапе начальной подготовки 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; изучение базовой техники самбо; выявление и поддержка детей, проявивших особые способности в самбо; воспитание волевых и морально-этических качеств личности; формирование навыков адаптации к жизни в обществе; на тренировочном этапе повышения уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; приобретения опыта и стабильность выступления на официальных соревнованиях; формирование спортивной мотивации; укрепление здоровья спортсменов; сохранение и укрепление здоровья. Программа содержит в себе такие предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая подготовка, избранный вид спорта – самбо, другие виды спорта, технико-тактическая и психологическая подготовка, самостоятельная работа. Возраст детей, участвующих в реализации программы, 10-17 лет. Срок реализации программы – 8 лет.</p>
3	<p>Дополнительная общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта «Баскетбол: дополнительная предпрофессиональная программа»</p>	<p>Цель программы - физическое, нравственное и интеллектуальное развитие личности ребенка средствами баскетбола, укрепление здоровья, мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Основные задачи многолетней подготовки: на этапе начальной подготовки: 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; изучение базовой техники баскетбола; выявление и поддержка детей, проявивших особые способности в баскетболе; воспитание волевых и морально-этических качеств личности; формирование навыков адаптации к жизни в обществе. На тренировочном этапе: повышения уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; приобретения опыта и стабильность выступления на официальных</p>

		<p>соревнованиях; формирование спортивной мотивации; укрепление здоровья спортсменов. <i>На этапе совершенствования спортивного мастерства:</i> повышение функциональных возможностей организма спортсменов; совершенствование специальных физических данных, технико-тактической и психологической подготовки; обеспечение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях; поддержание высокого уровня спортивной мотивации; сохранение и укрепление здоровья. Программа содержит следующие предметные области: - теория и методика физической культуры и спорта; - общая и специальная физическая подготовка; - избранный вид спорта; - развитие творческого мышления. Программа учитывает особенности подготовки учащихся по избранному виду спорта, в том числе: - сочетание элементов искусства, науки и спорта; - акцент на развитие творческого мышления обучающегося; - большой объем соревновательной деятельности.</p>
4	<p>Дополнительная общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта «Лыжные гонки: дополнительная предпрофессиональная программа»</p>	<p>Цель программы - физическое, нравственное и интеллектуальное развитие личности ребенка средствами лыжных гонок, укрепление здоровья, мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Основные задачи многолетней подготовки: <i>на этапе начальной подготовки:</i> - вовлечение максимального числа детей и подростков в систему занятий физической культурой и спортом; - формирование потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни; общая физическая подготовка детей и подростков; - изучение базовой техники лыжных гонок; - выявление и поддержка детей, проявивших особые способности в лыжных гонках; - воспитание волевых и морально-этических качеств личности; - формирование навыков адаптации к жизни в обществе. <i>На тренировочном этапе:</i> - повышения уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; - приобретения опыта и стабильность выступления на официальных соревнованиях; - формирование спортивной мотивации; - укрепление здоровья спортсменов. Программа показывает многолетний целенаправленный процесс представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп.</p>
5	<p>Дополнительная общеобразовательная программа в</p>	<p>Цель Программы. формирование физически и нравственно развитой личности,</p>

области физической культуры и спорта
«Спортивная аэробика: дополнительная
предпрофессиональная программа»

способной активно использовать ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Основными задачами реализации Программы являются: привлечение максимально возможного числа детей и подростков в систематические занятия спортом; формирование навыков самосовершенствования, самоконтроля и самопознания; содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической и технической подготовленности и укрепление здоровья учащихся; подготовка спортсменов высокой квалификации, подготовка резерва в сборные команды России; воспитание волевых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности, морально-этических и эстетических качеств спортсменов; профессиональная подготовка инструкторов и судей по аэробике. Данная Программа предназначена для подготовки спортсменок спортивной аэробики в группах начальной подготовки 2 года обучения (НП), тренировочных группах 4 года обучения (ТГ).

Этап начальной подготовки. На этап начальной подготовки зачисляются лица, желающие заниматься спортивной аэробикой, и не имеющие медицинских противопоказаний, имеющие письменное разрешение врача. Минимальный возраст для зачисления в группу начальной подготовки первого года обучения 6 лет. Основанием для зачисления является успешное прохождение поступающим на обучение индивидуального отбора. Продолжительность этапа начальной подготовки – 3 года. *На тренировочном этапе:* (до 2-х лет обучения - этап начальной спортивной специализации) задачи подготовки следующие: повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности, овладение основами техниками спортивной аэробики, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях по спортивной аэробике, уточнение спортивной специализации.

Тренировочный этап (свыше 2-х лет обучения - этап углубленной тренировки) направлен на: совершенствование техники спортивной аэробики, развитие специальных физических качеств, повышение уровня функциональной подготовленности, освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок, накопление соревновательного опыта.