

**МБОУ ДО ДЮСШ «Юность»
в 2016-2017 учебном году
реализует дополнительные предпрофессиональные программы
на бесплатной основе в рамках установленного муниципального
задания**

Реализация образовательных программ в области физической культуры и спорта направлена на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта, направлены на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получение ими начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта) и подготовку к освоению этапов спортивной подготовки.

Программы в МБОУ ДО ДЮСШ «Юность» разработаны в соответствии законов, нормативных актов и федеральных стандартов по видам спорта:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».
- Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

<u>Вид спорта:</u>	ХОККЕЙ
Возраст учащихся:	9-17 лет
Срок реализации:	9 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы:

Настоящая программа предназначена для подготовки хоккеистов в отделении хоккея ДЮСШ «Юность».

Дополнительная предпрофессиональная программа по хоккею составлена на основании примерной программы по хоккею Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ и Приказ Минспорта России от 27.03.2013 N149 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта хоккей" (Зарегистрировано в Минюсте России 03.06.2013 N 28636).

Цель программы: охватить основные методические положения и опираясь на особенности современного этапа развития спорта, построить единую систему многолетней предпрофессиональной подготовки хоккеистов.

Программа по хоккею для учащихся СДЮСШОР «Юность» позволяет последовательно решать задачи физического воспитания и образования в течение всего периода спортивной подготовки и включает в себя следующие этапы:

- этап начальной подготовки - 3 года
- тренировочный этап начальной специализации - 2 года
- тренировочный этап углубленной специализации - 3 года
- этап совершенствования спортивного мастерства - 1 год

Задачи программы:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Программа предусматривает следующие объемы обучения по предметным областям:

- теоретическая подготовка в объеме не менее от 10,3% до 10,5% от общего объема учебного плана;
- общая физическая подготовка в объеме от 15,4% до 16% от общего объема учебного плана;
- специальная физическая подготовка в объеме от 18,4% до 18,5% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее от 49,8% до 50% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа учащихся в пределах от 5,6% до 6% от общего объема учебного плана.

Результатами освоения программы является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

- в области теории и методики физической культуры и спорта;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию;
- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;

- развитие специальных психологических качеств;
- выполнение требований для присвоения спортивных разрядов.

На этапе спортивного совершенствования мастерства результатом реализации программы является:

- стабильное выступление на региональных и всероссийских соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивного мастерства.

Вид спорта: ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Возраст учащихся: 9-17 лет

Срок реализации: 9 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа составлена на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и Приказа Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика» от 24.04.2013 № 220.

Цель данной учебной программы:

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

Задачи программы:

- формирование устойчивого интереса к занятиям легкой атлетикой;
- укрепление здоровья и всестороннее развитие личности;
- развитие спортивных и творческих способностей учащихся;
- выявление задатков и способностей, привитие интереса к тренировочным занятиям;
- приобретение соревновательного опыта.

Программа направлена:

- отбор одаренных детей для занятий легкой атлетикой;
- создание условий для гармоничного физического развития юных легкоатлетов, разносторонняя подготовка, укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание.

Дополнительная предпрофессиональная программа по легкой атлетике позволяет последовательно решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной тренировки и включает в себя следующие этапы:

- этап начальной подготовки - 3 года
- тренировочный этап начальной специализации - 2 года
- тренировочный этап углубленной специализации - 3 года
- этап спортивного совершенствования мастерства - 1 год

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям:

- Теория и методика физической культуры и спорта в объеме 5% от общего объема учебного плана;
- Общая и специальная физическая подготовка 35 % от общего объема учебного плана;
- Избранный вид спорта в объеме 45 % от общего объема учебного плана;
- Другие виды спорта и подвижные игры 14% от общего объема учебного плана;
- Самостоятельная работа учащихся в пределах 1% от общего объема учебного плана.

Прогнозируемые результаты:

В результате реализации программы учащимися достигаются следующие результаты:

- укрепление здоровья и повышение уровня физической работоспособности;
- овладение необходимыми знаниями в области теории и методики физической культуры и спорта;
- разносторонняя подготовка, развитие основных физических качеств в области легкой атлетики;
- предпрофессиональная подготовка легкоатлетов;
- успешное выступление на соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов;
- подготовка квалифицированных спортсменов для пополнения сборных команд;
- предусматривает возможность перехода к программам спортивной подготовки

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями отделения легкой атлетики, имеющими профессиональное образование и квалификационные категории.

<u>Вид спорта:</u>	ПЛАВАНИЕ
Возраст учащихся:	7-17 лет
Срок реализации:	10 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы по плаванию:

«Он не умеет ни читать, ни плавать» – так в Древней Греции могли сказать о человеке, который был недостойн называться гражданином. Занятия плаванием одновременно приносят удовольствие, замечательный оздоровительный и эстетический эффект. Сегодня жизненно необходимый для человека навык плавание, является также и одним из самых популярных олимпийских видов спорта.

Дополнительная предпрофессиональная программа составлена на основе:

- примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, разработанной авторским коллективом кафедры теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло ГЦОЛИФК (Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В.) и рецензированной профессором, доктором педагогических наук Т.М. Абсалямовым, допущенной Федеральным агентством по физической культуре и спорту(2006г.);

- Приказа Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта плавание» от 03.04.2013 г. № 164 (зарегистрировано в Минюсте России 28.05.2013 № 28556).

Цель программы:

-гармоничное и всестороннее развитие учащихся, развитие нравственной, интеллектуальной, физически крепкой и здоровой личности, способной к творчеству и самоопределению, воспитания стойкого интереса к занятиям плаванием, создания предпосылок 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.

Организация занятий по программе осуществляется по этапам подготовки:

- ◇ этап начальной подготовки - 3 года,
- ◇ тренировочный этап (период базовой подготовки) - 2года,
- ◇ тренировочный этап (период спортивной специализации) – 3года,
- ◇ этап совершенствования спортивного мастерства-2года.

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям:

- теоретическая подготовка 5% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка от 30% до 35% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта от 45% до 55% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры от 5% до 12,5 % от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа учащихся от 2,5% до 5% от общего объема учебного плана.

Результатом освоения программы является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

- 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 2016-17 учебном году реализацию программы обеспечивают 16 тренер-преподаватель отделения плавания, имеющие высшее профессиональное образование. Среди них три Заслуженных тренера России – Белкина Людмила Яковлевна, Шевелев Валерий Петрович, Гришина Светлана Яновна. За последние 5 лет 27 пловцам нашего отделения было присвоено звание Мастера спорта России, 3 спортсменам - Мастера спорта России Международного класса. Мы гордимся выпускниками нашего отделения - финалистом Олимпийских игр 2004г., 6-ти кратным чемпионом Мира, 16-ти кратным чемпионом и рекордсменом Европы – Юрием Прилуковым, и призером Олимпийских игр 2008 и 2012гг., чемпионом и рекордсменом Мира, 5-ти кратным чемпионом, и рекордсменом Европы – Лобинцевым Никитой.

<u>Вид спорта:</u>	ПРЫЖКИ В ВОДУ
Возраст учащихся:	7-17 лет
Срок реализации:	10 лет

**Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы
по прыжкам в воду**

С древнейших времен человек стремился научиться летать, как птица. Во время выполнения прыжка в воду человек хотя бы считанные доли секунды испытывает ни с чем не сравнимое чувство полета и становится подобен птице. Наверное, именно поэтому наиболее смелых людей привлекали прыжки в воду.

Прыжки в воду относятся к группе видов спорта со сложной координацией движений, который требует от спортсмена высокого уровня развития целого комплекса физических и психофизиологических качеств, а также разнообразных двигательных навыков. Спортсмен должен уметь хорошо плавать, владеть техникой акробатических, гимнастических, хореографических упражнений и прыжков на батуте.

МБОУ ДО ДЮСШ «Юность» в 2016-2017 учебном году реализует программу на бесплатной основе в рамках установленного муниципального задания.

Дополнительная предпрофессиональная программа составлена на основе:

- примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, разработанной доктором педагогических наук, профессором кафедры теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло ГЦОЛИФК Е.А.Распоповой и рецензированной вице-президентом Российской федерации прыжков в воду – А.Г.Евангуловым и главным тренером сборной России по прыжкам в воду – А.Е.Ларюшкиным, допущенной Государственным комитетом РФ по физической культуре и спорту(2004г.);

- Приказа Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта прыжки в воду» от 30.08.2013 г. № 695 (зарегистрировано в Минюсте России 20.12.2013 № 30698).

Цель программы:

-гармоничное и всестороннее развитие учащихся, развитие нравственной, интеллектуальной, физически крепкой и здоровой личности, способной к творчеству и самоопределению, воспитания стойкого интереса к занятиям прыжками в воду, создания предпосылок 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 прыжков в воду.
- ◇ Воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.

Организация занятий по программе осуществляется по этапам подготовки:

- ◇ этап начальной подготовки - 3 года,
- ◇ тренировочный этап (период базовой подготовки) - 2года,
- ◇ тренировочный этап (период спортивной специализации) – 3года,
- ◇ этап совершенствования спортивного мастерства-2года.

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям:

- теоретическая подготовка 5% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка от 20% до 25% от общего объема учебного плана;

- избранный вид спорта не менее от 45% до 50% от общего объема учебного плана;
- хореография и акробатика в объеме от 20% до 22,5% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа учащихся до 2,5% до 5% от общего объема учебного плана.

Результатом освоения программы является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

- 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 прыжках в воду;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов по виду спорта;
- навыки пластичности, выразительности, артистичности, импровизации;
- навыки сохранения собственной физической формы;
- навыки публичных выступлений.

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями специализации прыжков в воду, имеющими профессиональное среднее и высшее образование, первую и высшую квалификационные категории.

Вид спорта:

СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

Возраст учащихся:

6-17 лет (девочки)

7-17 лет (мальчики)

Срок реализации:

9 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы:

Спортивная гимнастика – сложно-координационный вид спорта, включающий подготовку и выступление спортсменов на видах гимнастического многоборья у мужчин: вольные упражнения, конь-махи, кольца, прыжок, брусья, перекладина; женщины: прыжок, брусья, бревно, вольные упражнения. При занятии спортивной гимнастикой развивается сила, ловкость, гибкость, быстрота движений, реакция, выносливость, воспитывается стойкость характера, смелость и закалка духа.

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа по спортивной гимнастике составлена на основании примерной программы по спортивной гимнастике Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ и Приказ Минспорта России от 30.08.2013 от № 691 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная гимнастика» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.10.2013 № 30102).

Цель программы:

-гармоничное и всестороннее развитие учащихся, развитие нравственной, интеллектуальной, физически крепкой и здоровой личности, способной к творчеству и самоопределению,

воспитания стойкого интереса к занятиям спортивной гимнастикой, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Основные задачи программы:

- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, осуществлять физически гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями учащихся;
- обеспечить повышение уровня общей и специальной физической подготовки в соответствии с требованиями учебной программы по спортивной гимнастике;
- осуществлять подготовку гимнастов (гимнасток), юношеских и спортивных разрядов;
- подготовка спортсменов высокой квалификации для пополнения сборных команд;

В программе раскрывается в общем аспекте содержание учебно-тренировочной и воспитательной работы, приводятся типовые планы по разделам подготовки (технической и физической, соревновательной и пр.), учебный материал по видам подготовки, система контрольных нормативов по специальной физической подготовке (СФП) и способы ее оценки, календарный план на каждый год подготовки.

Организация занятий по программе осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки (2 года);
- тренировочный этап (период базовой подготовки) – 2 года;
- тренировочный этап (период спортивной специализации) – 3 года;
- этап совершенствования спортивного мастерства-2 года.

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям:

- тренировочные занятия, где спортсмены получают знания, умения и навыки в избранном виде спорта от 45,8% до 48,8% от общего объема учебного плана,
- самостоятельная работа учащихся, под контролем тренера-преподавателя на основании ведения спортивного дневника самоконтроля и других форм и способов от 3,1% до 5,8% от общего объема учебного плана;
- промежуточные и итоговые аттестации учащихся;
- теоретическая подготовка в объеме от 5,4% до 7,1% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 16,3% до 22,1% от общего объема учебного плана;
- хореография и акробатика в объеме от 20,9% до 23,8% от общего объема учебного плана.

Прогнозируемые результаты:

- воспитание устойчивого интереса учащихся к занятиям спортом;
- формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями учащихся;
- выполнение спортивных разрядов;
- успешное выступление спортсменов в соревнованиях.

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями отделения спортивной гимнастики, имеющими профессиональное образование и квалификационные категории.

Вид спорта: **КОНЬКОБЕЖНЫЙ СПОРТ**

Возраст учащихся: 9-17 лет

Срок реализации: 9 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы:

Путь к высшему спортивному мастерству в конькобежном спорте лежит через знания. Приобретение этих знаний позволяет спортсмену правильно оценивать и понимать закономерности спортивной тренировки, осознанно относиться к занятиям спортом.

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа по конькобежному спорту составлена на основании примерной программы по конькобежному спорту Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ и Приказ Минспорта России от 30.08.2013 от № 697 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта конькобежный спорт» (Зарегистрировано в Министерстве Юстиции Российской Федерации N 3031005 от 05 ноября 2013 г.).

Цель программы:

Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта, направлены на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получение ими начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта) и подготовку к освоению этапов спортивной подготовки.

Основные задачи программы:

- формирование личности спортсмена, укрепление здоровья, гармоническое развитие всех органов и систем организма;
- обеспечение всесторонней, общей и специальной физической подготовки занимающихся;
- формирование технико-тактического мастерства занимающихся;
- приобретение знаний в области гигиены, медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту.

В программе раскрывается в общем аспекте содержание учебно-тренировочной и воспитательной работы, приводятся типовые планы по разделам подготовки (технической и физической, соревновательной и пр.), учебный материал по видам подготовки, система контрольных нормативов по специальной физической подготовке (СФП) и способы ее оценки, календарный план на каждый год подготовки.

Организация занятий по программе осуществляется по этапам подготовки:

- этап начальной подготовки (3 года);
- тренировочный этап (период базовой подготовки) – 2 года;
- тренировочный этап (период спортивной специализации) – 3 года;
- этап совершенствования спортивного мастерства-1 год.

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям:

- - теоретическая подготовка 5% от общего объема учебного плана;
- - общая и специальная физическая подготовка 30% от общего объема учебного плана;
- - избранный вид спорта 45% от общего объема учебного плана;
- - другие виды спорта и подвижные игры 15 % от общего объема учебного плана;
- - самостоятельная работа учащихся 5 % от общего объема учебного плана.

Прогнозируемый результат:

- выполнение спортивных разрядов;
- успешное выступление спортсменов в соревнованиях;
- войти в состав сборной Свердловской области и России.

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями отделения конькобежного спорта, имеющими профессиональное образование и квалификационные категории.

Вид спорта: ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ

Возраст учащихся: 9-17 лет

Срок реализации: 9 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы:

«Ничто не укрепляет мышцы и не делает тело таким сильным и эластичным, ничто не дает реакции и быстроты, ничто не освежает душу и не освежает ум так, как лыжи».

Ф. Хансен – норвежский исследователь

Дополнительная предпрофессиональная программа составлена на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и Приказа Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки» от 14.03.2013 г. № 111 (зарегистрировано в Минюсте России 10.07.2013 № 28765).

Цель программы:

- пропаганда лыжного спорта и здорового образа жизни;
- создание условий для всестороннего развития организма ребенка в области лыжного спорта физической культуры;
- развитие двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся.

Задачи программы:

- развитие спортивных и творческих способностей детей;
- формирование культуры здорового образа жизни;
- выявление детей, проявивших способности в спорте, адаптация к жизни в обществе.

Программа направлена:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам для учащихся ДЮСШ «Юность» позволяет последовательно решать задачи физического воспитания и

образования на всех этапах многолетней спортивной тренировки и включает в себя следующие этапы:

- этап начальной подготовки - 3 года
- тренировочный этап начальной специализации - 2 года
- тренировочный этап углубленной специализации - 3 года
- этап спортивного совершенствования мастерства - 1 год

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям:

- теоретическая подготовка 5% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка 35% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры 10 % от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа учащихся 5 % от общего объема учебного плана.

Прогнозируемые результаты:

В результате реализации программы могут быть достигнуты следующие результаты:

- предпрофессиональная подготовка лыжников любителей и профессионалов
- оздоровление и физическое развитие учащихся
- необходимые знания в области теории и методики физической культуры и спорта
- учащиеся овладеют необходимыми знаниями, умениями и навыками в области лыжной подготовки, лёгкой атлетики и других видов спорта
- выполнение спортивных разрядов
- успешное выступление на соревнованиях.

Вид спорта:

ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ

Возраст учащихся:

6-17 лет

Срок реализации:

10 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы:

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа по фигурному катанию на коньках разработана на основе:

- Приказа Минспорта России от 30.08.2013 № 688 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта фигурное катание на коньках»;
- Примерной программы для системы дополнительного образования детей: ДЮСШ и СДЮСШОР, разработанной И.В. Абсолямовой, Е.В. Жгун, Л.С. Хачатуровым, С.П. Кандыбой, В.В. Агаповой (М.: Советский спорт, 2006 год),
- Требований Единой Всероссийской спортивной классификации, требований Международного союза конькобежцев (ИСУ) и правил судейства соревнований.

Фигурное катание на коньках - сложно-координационный вид спорта, связанный с оценкой результатов соревнований по точности при исполнении соревновательных программ. Спортивные соревнования являются тем центральным элементом, который определяет всю систему наивысших результатов в олимпийском спорте. В нем сочетаются элементы скоростного бега на коньках, художественной гимнастики, акробатики и хореографии. Исполнение сложных по координации упражнений происходит под музыку определенного

ритма и требует от фигуриста высокой скорости скольжения, выразительности, артистичности, непринужденности. И все это осуществляется в условиях необычной опоры тела (лезвие конька).

Фигурное катание на коньках – один из немногих видов спорта, в которых высокие спортивные достижения могут и показывают спортсмены в юношеском возрасте.

В МБОУ ДО ДЮСШ «Юность» профилируют дисциплины фигурного катания на коньках - одиночное катание, спортивные танцы на льду, синхронное катание.

Цель программы:

- укрепление здоровья и поддержание высокого эмоционального и физического уровня занимающихся;
- культурного и эстетического развития;
- достижения высоких спортивных результатов.

Задачи программы:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спорта;
- укрепление здоровья учащихся;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступлений на официальных соревнованиях;
- повышение функциональных возможностей организма учащихся;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- подготовка спортсменов высокой квалификации для пополнения сборных команд;

Программа позволяет решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной подготовки, которая включает в себя следующие этапы:

- этап начальной подготовки - 3 года;
- тренировочный этап – 5 лет;
- совершенствование спортивного мастерства – 2 года.

На основе программы ежегодно разрабатывается и утверждается годовой календарный учебный график в котором предусматриваются:

- график (расписание) тренировочных занятий в течение недели;
- занятия по предметным областям (в том числе проводимые по группам и подгруппам);
- участие в соревнованиях;
- промежуточная (итоговая) аттестация учащихся

Результатом освоения программы по фигурному катанию на коньках является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

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

- приобретение соревновательного опыта;
- умение выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств в фигурном катании;
- навыки музыкальности, пластичности, выразительности, артистичности, импровизации;
- выполнение спортивных разрядов по виду спорта.

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями отделения фигурного катания на коньках, имеющими профессиональное образование и квалификационные категории.

Вид спорта: **Футбол**
 Возраст учащихся: 8-17 лет
 Срок реализации: 9 лет

Краткая аннотация дополнительной предпрофессиональной программы:

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа составлена на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и Приказа Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол» от 27.03.2013 г. № 147.

Цель программы:

подготовить высококвалифицированных футболистов, способных в составе команды бороться за самые высокие места на областных, всероссийских и международных соревнованиях.

Основные задачи программы:

- Реализация уровня подготовленности юных футболистов на каждом этапе многолетней подготовки по результатам выступления в соревнованиях.
- Сбалансировать сочетание тренировочных средств, которое обеспечивало бы соразмерность в развитии разных физических качеств.
- Формирование спортивно-технических умений и навыков у юных футболистов
- Реализация дифференцированного подхода в планировании нагрузок на каждом этапе многолетней подготовки, который заключается в оптимальном соотношении командных, групповых и индивидуальных упражнений в каждом тренировочном занятии.
- Достижение спортивного мастерства путем целевой направленности подготовки юных футболистов.

Организация занятий по программе.

Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу осуществляется по следующим этапам подготовки:

- этап начальной подготовки - 3 года;
- тренировочный этап начальной специализации - 2 года;

- тренировочный этап углубленной специализации - 3 года;
- этап совершенствования спортивного мастерства - 1 года.

Годовой учебный график разделен на следующие предметные области:

- теоретическая подготовка;
- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- избранный вид спорта (футбол).

Прогнозируемые результаты.

По итогам реализации данной дополнительной предпрофессиональной программы должны быть достигнуты следующие результаты:

- укрепление здоровья учащихся;
- освоение учащимися технических приемов игры и их применение в играх;
- расширение объема, разносторонности тактико-технических действий учащимися;
- формирование умений готовиться к играм, эффективно проявлять свои качества в них и восстанавливаться после игр;
- воспитание устойчивости психики к сбивающим факторам игры;
- воспитание футбольного интеллекта и умения применять нестандартные решения в процессе игры;
- воспитание умений гибко менять тактическую схему игры;

выявление учащихся, способных совершенствоваться в составе команды мастеров.