

АННОТАЦИЯ
к рабочим программам
обучения по дополнительным предпрофессиональным программам
на 2021-2022 учебный год

В Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального образования «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия) реализуются дополнительные общеобразовательные предпрофессиональные программы по 8 видам спорта: бокс, волейбол, дзюдо, лыжные гонки, спортивная борьба (вольная борьба, борьба хапсагай), пауэрлифтинг, спортивные танцы, художественная гимнастика.

Рабочие программы по дополнительным предпрофессиональным программам составлены в соответствии: с требованиями Федерального Закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г; Приказа Министерства спорта России «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» от 15.11.2018 г. № 939; Приказа Министерства спорта России «О внесении изменений в Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 731» от 07.03.2019 г. № 187; Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Уставом МАУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия).

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

Задачи программ:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Программы направлена на:

- 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, профессиональную ориентацию.

Рабочие программы являются основным документом учебно-тренировочной работы и предусматривают два уровня сложности (базовый и углубленный) в освоении. Трудоемкость предпрофессиональной программы определяется из расчета не менее чем на 42 недели в год.

Форма обучения - очная и (или) с целью принятия дополнительных мер по предупреждению распространения коронавирусной инфекции COVID-19 - с применением *электронного обучения и дистанционных образовательных технологий*.

Продолжительность одного занятия при реализации дополнительных предпрофессиональных программ рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей, годов обучения и уровней сложности программ и не может превышать:

- на 1-2 году обучения базового уровня сложности – 2-х часов;
- на 3-6 году обучения базового уровня сложности – 3-х часов;
- на 1-2 году обучения углубленного уровня сложности – 3-х часов;
- на 3-4 году обучения углубленного уровня сложности – 4 часов.

Контроль за освоением программы обучающимися отслеживается следующим образом:

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе;
- сдача нормативных требований по общей физической подготовке – текущий контроль в середине учебного года (декабрь)
- сдача контрольно-переводных нормативов – промежуточный контроль. Проводится в конце учебного года (май-июнь) для перевода в следующий уровень сложности программы.
- участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда.

Итогом освоения учебного курса программы ожидаются следующие результаты:

- стабильность занимающихся в группах;
- рост индивидуальных показателей физических качеств;
- укрепление здоровья;
- приобретение навыков ЗОЖ и формирование общей культуры;
- достижение высоких спортивных результатов.

Результатом освоения предпрофессиональной программы по предметным областям и уровням сложности является:

В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для базового уровня:

- знание истории развития спорта;
- знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе;
- знание основ законодательства в области физической культуры и спорта;
- знания, умения и навыки гигиены;
- знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;
- знание основ здорового питания;
- формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для углубленного уровня:

- знание истории развития избранного вида спорта;
- знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни;
- знание этических вопросов спорта;
- знание основ общероссийских и международных антидопинговых правил;
- знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований;
- знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта;
- знание основ спортивного питания.

В предметной области «общая физическая подготовка»:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;
- формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности;
- получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);
- приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

В предметной области «общая и специальная физическая подготовка» для углубленного уровня:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки;
- развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта;
- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта.

В предметной области «основы профессионального самоопределения» для углубленного уровня:

- формирование социально-значимых качеств личности;

- развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);
- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;
- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;
- приобретение опыта проектной и творческой деятельности.

В предметной области «вид спорта» для базового уровня:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта;
- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;
- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;
- знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта;
- знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом;
- приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;
- знание основ судейства по избранному виду спорта.

В предметной области «различные виды спорта и подвижные игры» для базового и углубленного уровня:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;
- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

В предметной области «судейская подготовка» для углубленного уровня:

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике;
- знание этики поведения спортивных судей;
- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.

В предметной области «развитие творческого мышления» для базового и углубленного уровней:

- развитие изобретательности и логического мышления;
- развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи;
- развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия.

В предметной области «национальной региональный компонент» для базового и углубленного уровней:

- знание особенностей развития видов спорта в субъекте Российской Федерации.

В предметной области «хореография и (или) акробатика» для базового и углубленного уровней:

- умение определять средства музыкальной выразительности;
- умение выполнять комплексы специальных хореографических и (или) акробатических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств в виде спорта;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков музыкальности, пластиности, выразительности, артистичности, импровизации.

В предметной области «уход за животными, участвующими в спортивных соревнованиях» для базового и углубленного уровней:

- знание строения и функций организма животного, участвующего в спортивных соревнованиях, влияние на него физических нагрузок;
- знание условных рефлексов и их роль в подготовке животного, участвующего в спортивных соревнованиях;
- приобретение навыков ухода за животным, участвующим в спортивных соревнованиях;
- знание навыков питания животного, участвующего в спортивных соревнованиях.

В предметной области «специальные навыки» для базового и углубленного уровней:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;
- умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта;
- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений;

В предметной области «спортивное и специальное оборудование» для базового и углубленного уровней:

- знание устройства спортивного и специального оборудования по избранному виду спорта;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

Программой должно предусматриваться участие обучающихся в физкультурных и спортивных мероприятиях, а также участие обучающихся в иных видах практических занятий:

- регулярное организованное посещение в качестве зрителей спортивных соревнований по виду спорта и иных спортивных мероприятий, проводимых на территории субъекта РФ, муниципального образования;

- организация возможности посещений в качестве зрителей спортивных соревнований, в том числе межрегиональных и всероссийских;

- организация и проведение совместных мероприятий с другими организациями, в том числе с организациями, осуществляющими спортивную подготовку.

Распределение часов в учебном плане осуществляется в соотношении объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана дополнительной предпрофессиональной программы базового и/или углубленного уровня в области физической культуры и спорта по видам спорта:

БОКС

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15%	5-10%
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.3.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

ВОЛЕЙБОЛ

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15%	5-10%
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.3.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

ДЗЮДО

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15%	5-10%
2.2.	Акробатика	5-20%	5-20%
2.3.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

ВОЛЬНАЯ БОРЬБА И БОРЬБА «ХАПСАГАЙ»

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15%	5-10%
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.3.	Акробатика	5-20%	5-20%
2.4.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.5.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1.	Обязательные предметные области		

1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15%	-
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.3.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

ПАУЭРЛИФТИНГ

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1. Обязательные предметные области			
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.2.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.3.	Различные виды спорта и подвижные виды спорта	5-15%	5-10%
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1. Обязательные предметные области			
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.2.	Различные виды спорта и	5-20%	5-20%

	подвижные игры		
2.3.	Хореография и акробатика	5-20%	5-20%
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
2.5.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
3.	Самостоятельная работа	4%	4%
4.	Аттестация	от 1%	от 1%

СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ

№ п/п	Наименование предметных областей	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана БУС программы	% соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана УУС программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы ФКиС	10-25%	10-15%
1.2.	ОФП	20-30%	-
1.3.	ОФП и СФП	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	-	5-10%
2.2.	Специальные навыки	5-20%	5-20%
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	5-20%	5-20%
2.4.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.5.	Хореография и акробатика	5-20%	-
3.	Самостоятельная работа	5%	5%
4.	Аттестация	От 2%	От 2%

*Вариативные предметные области выбираются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в зависимости от избранного вида спорта.

Директор
МАУ ДО «ДЮСШ»
МО «Мирнинский район»



Н.Е. Дементьев