

# **Аннотация к дополнительно общеразвивающим программа по командно-игровым видам спорта**

## **АННОТАЦИЯ**

### **к дополнительно общеразвивающим программам по командно- игровым видам спорта**

В МБУ ДО ДЮСШ № 3 реализуются 3 вида общеразвивающих программ по командно- игровым видам спорта: волейбол, футбол, баскетбол.

Программы предназначены для работы с детьми. Срок реализации программы – на весь период обучения в спортивной школе ( 1 этап- младший школьный возраст, 2 этап - средний школьный возраст, 3 этап – старший школьный возраст). Обучение по данным программам ведется на русском языке.

Программы разработаны в соответствии:

- 1.ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- 2.Приказа Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Приказа Минспорта России от 27 августа 2013 года № 1125 « Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

Программы состоят из следующих разделов: пояснительной записки, учебного плана, методической части, системы контроля, ожидаемые

результаты освоения программы, информационного обеспечения.

Цель программ - воспитание высоконравственной, духовной и физически здоровой, патриотически-настроенной личности, владеющей навыками поведения в экстремальных условиях.

Задачи:

- 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 обучающихся.
- Формирование навыков адаптации в жизни в обществе, профессиональной ориентации.
- Выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Учебный план- график составлен в режиме 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа, продолжительность 1 часа – 45 мин), 216 часов в учебном году. Тренер- преподаватель имеет право самостоятельно распределять часы по темам в пределах установленного времени:

Содержание занятий:

1. Теория и методика физической культуры и спорта. 1.1.история развития избранного вида спорта; 1.2.место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- 1.3.основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние);
- 1.4.основы спортивной подготовки;
- 1.5.необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- 1.6.гигиенические знания, умения и навыки;
- 1.7. режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- 1.8.основы спортивного питания;
- 1.9.требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- 1.10.требования техники безопасности при занятиях избранным видом спорта.
- 2.Практика:
  - 2.1.Общая физическая подготовка.
    - развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;
    - освоение комплексов физических упражнений;
    - укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию.
  - 2.2.Специальная физическая подготовка.
    - упражнения для привития навыков быстроты ответных действий;
    - упражнения подводящих упражнений в избранном виде спорта;
  - 2.3. Техничко- тактическое мастерство
    - техника выполнения упражнения без мяча, с мячом;

- тактика защиты и нападения;

3.Контрольные испытания.- Зрара в году: в начале года, полугодие, конец года. Важной особенностью образовательного процесса является то, что оценивание производится только в отслеживании результатов физического развития каждого ребенка.

В результате прохождения программы обучающиеся должны знать и уметь:

- Знать и соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений.
- Пропагандировать знания о пользе физических упражнений на организм человека.
- Вести здоровый образ жизни.
- Иметь навыки судейской практики.