

# **Аннотация к дополнительно общеразвивающим программам 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.

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. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. №196

«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- 3.Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

4.Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015г. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.

5.Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области №115 от 01.03.2016г « Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам»

- 6.Методические рекомендации Министерства спорта РФ от 12.05.2014 года  
№ ВМ-04-10/2554.

7.СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

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), 264 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.- Зраза 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.