

Аннотация к дополнительной предпрофессиональной программе «ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ» МБУ ДО «ДЮСШ-1»

Дополнительная предпрофессиональная программа «Лыжные гонки» (далее - Программа) – нормативно-управленческий документ МБУ ДО «ДЮСШ-1», характеризующий специфику содержания и особенности организации образовательного и тренировочного процесса.

Программа разработана в соответствии с законами, нормативно-правовыми актами и федеральными стандартами по виду спорта лыжные гонки. Содержание программы соответствует требованиям к минимуму содержания Программ по циклическим, скоростно-силовым видам спорта и многоборьям (приказ Минспорта России 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»).

Программа предназначена для работы с обучающимися 9-18 лет.

Срок обучения по программе – 8 лет. Для детей, планирующих поступление в образовательные организации профессионального образования, реализующих основные профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта, срок освоения Программы может быть увеличен на 1 год. Обучающиеся, имеющие достаточный уровень знаний, умений и навыков, имеют право на освоение Программы в сокращенные сроки.

В целях организации приема и проведения индивидуального отбора поступающих создаются приемная и апелляционная комиссии. Основанием для зачисления является решение приемной комиссии по результатам индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения Программы физические данные и способности и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям лыжными гонками.

Перевод обучающихся на этап (период) реализации Программы осуществляется на основании результатов промежуточной аттестации и с учетом результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях.

Программа определяет содержание тренировочного процесса, обеспечивая преемственность задач, средств, форм и методов на этапах многолетней подготовки лыжников, учитывая: оптимальное соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения; большой объем разносторонней физической подготовки в общем объеме тренировочного процесса; увеличение интенсивности тренировочного процесса и постепенное достижение высоких общих объемов тренировочных нагрузок; необходимую продолжительность индивидуальной соревновательной подготовки, характерной для избранного вида спорта; повышение специальной подготовленности за счет широкого использования различных тренировочных средств; учет возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на различных этапах подготовки, отбору и комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и от специальных способностей занимающихся.

Образовательная деятельность на всех этапах освоения указанных программ осуществляется в течение всего календарного года. Продолжительность учебного года – 45 недель тренировочных занятий непосредственно в условиях Учреждения и дополнительно 7 недель – в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля, участия обучающихся в тренировочных сборах и (или) самостоятельной работы по индивидуальным планам подготовки в период их активного отдыха.

Основными формами организации образовательного процесса являются: групповые (подгрупповые) и индивидуальные тренировочные занятия, теоретические занятия, тренировочные сборы, участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, медико-биологический контроль, восстановительные мероприятия, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

Учебный план Программы содержит продолжительность и объемы обучения по предметным областям: теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка, избранный вид спорта, другие виды спорта и подвижные игры, в том числе самостоятельная работа обучающихся.

Методическая часть Программы включает в себя содержание и методику работы по предметным областям, этапам (периодам) подготовки; требования техники безопасности; объемы максимальных тренировочных нагрузок.

Система контроля и зачетные требования Программы включают комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения Программы; методические указания по организации промежуточной и итоговой аттестации обучающихся; требования к результатам освоения Программы.

В перечень информационного обеспечения Программы включены список литературы, перечни аудиовизуальных средств и Интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.