**Аннотация к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам МБУДО «ДЮСШ»**

Основное предназначение спортивной школы - реализация программ физического воспитания детей и организация физкультурно-спортивной работы по программам дополнительного образования детей в интересах личности, общества, государства.

Деятельность спортивной школы направлена на реализацию следующих задач:

- вовлечение максимально возможного числа детей и подростков в систематические занятия физической культурой, выявление у воспитанников пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к тренировкам;

- формирование у детей и подростков потребности в здоровом образе жизни, содействие гармоничному развитию личности, обеспечение условий для адаптации учащихся к жизни в обществе, для профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;

- укрепление здоровья, обеспечение повышения уровня физической подготовленности в соответствии с требованиями программ по видам спорта;

- формирование общей культуры личности обучающихся на основе усвоения обязательного минимума содержания учебных программ;

- воспитание у обучающихся, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека;

- выявление, развитие и поддержка одаренных детей, а также детей, проявивших выдающиеся способности;

- профессиональная ориентация детей.

Основной показатель работы спортивной школы – стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований, результаты участия в соревнованиях. Выполнение нормативных требований по уровню подготовленности и спортивного разряда, состояние здоровья – основные условия перевода занимающихся на следующий год обучения.

В спортивной школе реализуются следующие общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности:

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу.

Волейбол (англ. volleyball от volley — «ударять мяч с лёта» (также переводят как «летающий», «парящий») и ball — «мяч») — вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), либо игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам и периодам подготовки:

- этап начальной подготовки – до 3 лет;

- тренировочный этап (период базовой подготовки) – до 2 лет;

- тренировочный этап (период спортивной специализации) – до 3 лет;

Возраст 9-12 лет.

1. дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по спортивной аэробике.

Фитнес-аэробика – один из самых молодых видов спорта, быстро завоевавший популярность во всем мире. Своеобразие его определяется органическим соединением спорта и искусства, единством движений и музыки. Это массовый, эстетически увлекательный и поистине зрелищный командный вид спорта, синтезировавший все лучшее в теории и практике оздоровительной и спортивной аэробики.

Организация тренировочных занятий по Программе осуществляется по следующим этапам (периодам) подготовки*:*

- этап начальной подготовка – до 3 лет;

- тренировочный этап (период базовой подготовки – этап начальной специализации) – до 2 лет;

- тренировочный этап (период спортивной специализации – этап углубленной специализации) – до 3 лет;

Минимальный возраст детей, допускаемых к освоению Программы – 7 лет.

1. дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу.

Баскетбол - одна из самых популярных командных игр в нашей стране. В системе физического воспитания баскетбол приобрел такую популярность из-за экономической доступности игры, высокой эмоциональности, большого зрелищного эффекта и самое главное, что эта игра благоприятно воздействовала на организм человека. Для баскетбола характерны разнообразные движения - ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Изучение программного материала рассчитано на двух этапах спортивной подготовки:

- начальной подготовки (не менее 2 лет),

-тренировочный (этап спортивной специализации), предусматривающий два периода обучения — период начальной специализации (2 года) и период углубленной специализации (3 года).

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по фигурному катанию.

**Фигу́рное ката́ние** — относится к сложнокоординационным видам спорта. Основная идея заключается в передвижении спортсмена или пары спортсменов на [коньках](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%8C%D0%BA%D0%B8) по [льду](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%91%D0%B4) с переменами направления скольжения и выполнении дополнительных элементов ([вращений](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%80%D0%B0%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%B2_%D1%84%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%BC_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8), [прыжков](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D1%8B%D0%B6%D0%BA%D0%B8_%D0%B2_%D1%84%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%BC_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8), [комбинаций шагов](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D0%B3%D0%B8_%D0%B2_%D1%84%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%BC_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8), [поддержек](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B6%D0%BA%D0%B8_%D0%B2_%D1%84%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%BC_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8) и др.) под [музыку](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0).

Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ рассчитана для обучения в группах начальной подготовки (НП) на 3 года и для учебно-тренировочных групп на 3 года, а также для групп спортивного совершенствования на 2 года и групп высшего спортивного мастерства.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике.

Легкая атлетика – совокупность видов спорта, включающая бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробеги (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности). Один из основных и наиболее массовых видов спорта. Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам и периодам подготовки:

- этап начальной подготовки – до 3 лет;

- тренировочный этап (период базовой подготовки) – до 2 лет;

- тренировочный этап (период спортивной специализации) – до 3 лет;

Срок обучения по Программе – 10 лет.

Минимальный возраст детей, допускаемых к освоению Программы – 9 лет.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по лыжным гонкам.

Учебный процесс проводится по этапам - подготовительному, соревновательному, переходному.

Приём детей на отделение лыжные гонки осуществляется с 9 летнего возраста.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по спортивному ориентированию.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники самостоятельно, при помощи карты и компаса должны пройти заданное число контрольных пунктов (КП), расположенных на местности. Кроме оздоровительной и спортивной направленности, ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину. При занятиях ориентированием вырабатываются такие необходимые человеку жизненно важные качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок, быстрая реакция.

Этапы подготовки:

* Спортивно-оздоровительный
* Начальной подговки
* тренировочный

Минимальный возраст – 6 лет

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по тяжелой атлетике.

ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА – олимпийский вид спорта, представленный как в мужском, так и в женском варианте с разделением на весовые категории. Тяжелая атлетика предъявляет высокие требования к следующим кондициям организма спортсмена: скоростно-силовые качества, абсолютная сила, координация, гибкость, силовая выносливость. В настоящей программе выделено пять этапов спортивной подготовки - спортивно-оздоровительный этап (СО), этап начальной подготовки (НП), учебно-тренировочный этап (УТ), этап спортивного совершенствования (СС) и этап высшего спортивного мастерства (ВСМ). Минимальный возраст для зачисления – 10 лет.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по спортивной гимнастике.

**Спортивная гимнастика** — вид спорта, включающий соревнования на гимнастических снарядах, в вольных упражнениях и в опорных прыжках.

Программа спортивной гимнастики включает в себя следующие **этапы (периоды) подготовки:**

*- этап начальной подготовки* – (группы начальной подготовки 1и 2 года обучения);

*- тренировочный этап (период базовой подготовки)* – (учебно-тренировочные группы 1-2 года обучения);

*- тренировочный этап (период спортивной специализации)* – (учебно-тренировочные группы 3,4 и 5 года обучения);

Срок обучения по программе –10 лет.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по дзюдо.

Борьба дзюдо - популярнейший вид спорта, имеющие огромное воспитательное, оздоровительное и прикладное значение. Занятия борьбой в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья, всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов, привитие здорового образа жизни, обеспечение необходимых условий для личностного развития детей, нравственного воспитания, морально-волевых качеств.

**Возрастные границы этапов подготовки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Спортивно-оздоровительный этап | Этап  начальной подготовки | Этап учебно-тренировочный |
| 10-12 лет | 10-12 лет | 12-15 лет |

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хоккею с шайбой.

**Хокке́й с ша́йбой** — [командная](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%BE%D0%BA%D0%BA%D0%B5%D0%B9%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BA%D0%BB%D1%83%D0%B1) [спортивная игра](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0&action=edit&redlink=1) на [льду](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%91%D0%B4), заключающаяся в противоборстве двух команд на [коньках](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%8C%D0%BA%D0%B8), которые, передавая [шайбу](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%B0_(%D1%85%D0%BE%D0%BA%D0%BA%D0%B5%D0%B9_%D1%81_%D1%88%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%B9)) [клюшками](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BB%D1%8E%D1%88%D0%BA%D0%B0), стремятся забросить её наибольшее количество раз в[ворота](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82)) соперника и не пропустить в свои. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб в ворота соперника.

Этапы подготовки:

* Начальной
* Тренировочной
* Спортивного совершенствования

Минимальный возраст зачисление детей в группу начальной подготовки 6 лет. Срок реализации программы 8 лет.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по футболу.

Футбо́л — командный вид [спорта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82), в котором целью является забить [мяч](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D1%8F%D1%87) в [ворота](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82))соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника.

Многолетняя подготовка юных футболистов включает в себя этап начальной подготовки, тренировочный этап, этап спортивного совершенствования.

Программа предназначена для детей с 7-8 - летнего возраста. Срок реализации программы 11 лет.

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по плаванию.

Плавание, по сравнению с другими видами физических упражнений, отличается своими характерными особенностями, которые сводятся к следующим моментам. В процессе плавания пловцом выполняются движения, когда он находится в водной среде, исключая любую твердую опору. За счет такого положения тела увеличиваются двигательные возможности человека, что улучшает их развитие. В этом случае увеличивается подвижность практически всех частей тела, а органы и системы организма развиваются и укрепляются.

Учебный материал распределен по этапам (годам) обучения и рассчитан на обучение на этапе начальной подготовки (НП) до 3-х лет, учебно-тренировочном этапе (УТ) до 5 лет. Возраст детей и подростков, участвующих в реализации данной образовательной программы преимущественно от 6 лет.

Занятия с обучающимися в МБУДО «ДЮСШ» проводятся по типовым программам для детско-юношеских спортивных школ, рекомендованным Государственным комитетом РФ по физической культуре и спорту.