

**Аннотации к общеразвивающим программам  
педагогов дополнительного образования  
МКОУ ДО «Воловская ДЮСШ»**

**Аннотация к программе дополнительного образования Футбол  
Спортивно-оздоровительные группы (СОГ), начальной подготовки (НП), учебно-тренировочной  
(УТ)**

Рабочая образовательная программа по футболу разработана на базе примерной программы для детско-юношеских спортивных школ, (комплексных и специализированных), утвержденной комитетом по физической культуре и спорту. Базовая программа разработана на основе передового опыта работы тренеров с юными футболистами и других научных исследований, и на основе других нормативных документов, регламентирующих работу спортивных школ.

Отличительная особенность данной программы заключается в поэтапном преемственном развитии обучающихся, начиная с 7 и до 18 лет.

В данной программе представлены модель построения системы многолетней подготовки спортсмена, планы построения тренировочного процесса и основные принципы спортивной подготовки юных футболистов и спортсменов высокого класса по годам обучения.

**Цель программы** — развитие физически здоровой и нравственно полноценной личности через учебно-тренировочные занятия, формирование устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической культурой и спортом, формирование навыков ЗОЖ.

**Основные задачи:**

- привлечь максимально возможное количество детей различного возраста к систематическим занятиям футболом;
- сформировать у учащихся основы здорового образа жизни, гигиенической культуры и препятствовать появлению вредных привычек;
- развивать физические качества учащихся, повысить функциональные возможности организма, укреплять здоровье и закаливать организм;
- приобретать необходимые теоретические знания в области физической культуры и избранного вида спорта – футбола, совершенствовать двигательные умения, навыки и спортивное мастерство;
- организовать занятость детей во внеурочное время, (профилактика правонарушений и асоциального поведения);

Программа предусматривает освоение теоретических основ футбола, обучение и методику преподавания техники и тактики футбольного мастерства. Организация и

проведение соревнований, товарищеских встреч по футболу, учебно-тренировочных сборов.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика обучающихся. В программе содержатся нормы и требования к результатам освоения учебной программы по футболу - это:

1. Овладение всеми знаниями и умениями в соответствии с программным материалом.
2. Успешную сдачу контрольных, переводных и приёмных нормативов по ОФП.
3. Выполнение юношеских и взрослых спортивных разрядов, соответственно году обучения.
4. Достижение высокого уровня физической подготовки учащихся как будущих защитников Отечества.
5. Формирование высокого уровня морально-волевых качеств и определенной системы ценностных ориентаций.
6. Готовность дальнейшего совершенствования спортивного мастерства в других учебных заведениях по данному виду спорта.

Контроль за освоением курса обучения по программе отслеживается следующим образом:

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе;
- нормативные требования по общей физической подготовке, технической и специальной подготовке.
- контрольное тестирование проводится два раза в год (сентябрь, май)
- участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда в конце каждого учебного полугодия.

Итогом освоения учебного курса программы ожидаются следующие результаты:

- стабильность учащихся в группах;
- рост индивидуальных показателей физических качеств;
- укрепление здоровья;
- приобретение навыков ЗОЖ и формирование общей культуры;
- положительная динамика спортивно-технического мастерства;
- достижение высоких спортивных результатов;
- воспитание патриотизма, уважения к правам и свободам человека.

## **Аннотация к программе дополнительного образования Лыжные гонки**

### **Спортивно-оздоровительные группы (СОГ), начальной подготовки (НП), учебно-тренировочной (УТ)**

Рабочая программа по лыжным гонкам для этапа начальной подготовки составлена на основе Программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ.

Рабочая программа рассчитана на возраст учащихся от 7 до 12 лет.

При составлении программы были использованы рекомендации ведущих специалистов в области лыжного спорта, опубликованные в печати. Программа включает пояснительную записку, учебно-тематический план, содержание программного материала, средства контроля и др.

Занятия лыжным спортом компенсируют недостаточную двигательную активность современных, детей в результате происходит предотвращение многих заболеваний, совершенствуются функциональные возможности организма, повышается работоспособность. Принести полное удовлетворение занятия лыжным спортом могут только тогда, когда лыжник в полной мере владеет техникой ходьбы на лыжах, техникой спуска с гор и поворотов. Наиболее быстро и хорошо осваивают технические приемы дети и подростки. Правильные и рациональные движения сохраняются в последствии на всю жизнь. Продуманная и хорошо организованная учебно-тренировочная работа способствует успешной подготовке юных спортсменов лыжников.

#### **Цели и задачи стоящие перед этапом начальной подготовки на текущий учебный год:**

##### **Цели:**

- укрепление здоровья и повышение уровня физического развития учащихся;
- воспитание спортивного резерва для занятий лыжными видами спорта. \

##### **Задачи:**

- приобщение детей и подростков к здоровому образу жизни;
- формирование и закрепление потребности в систематических занятиях спортом;
- развитие физических качеств, необходимых для занятий лыжными гонками;

- укрепление опорно-двигательного аппарата и дыхательной системы детей и подростков;
- освоение и совершенствование техники и тактики лыжных ходов; □ формирование морально-волевых качеств юных спортсменов.

Высокий уровень эффективности работы групп начальной подготовки может быть достигнут только при условии хорошо продуманного учебно-тренировочного процесса.

В работе применяется самый широкий арсенал педагогических методов и форм организации деятельности.

Программный материал объединён в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся;
- подготовка лыжников-гонщиков высокой квалификации, резерва сборной России;
- Стабильность состава занимающихся;
- Динамика прироста показателей физической подготовленности; □ уровень освоения основ техники лыжных гонок.

В соответствии с учебным планом МКОУ ДО «Воловская ДЮСШ» учебный год на обучение по данной программе выделено для начальной подготовки первого года обучения 234 часов, для начальной подготовки второго года обучения 351 часов.

## Аннотация к программе дополнительного образования

### Настольный теннис

#### Спортивно-оздоровительные группы (СОГ), начальной подготовки (НП), учебно-тренировочной (УТ)

**Цель программы:** физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки.

**Условия реализации:** на данный этап зачисляются учащиеся общеобразовательных школ в возрасте с 7 лет, имеющие разрешение врача-педиатра и согласие родителей.

**Срок реализации** программы до 3х лет.

#### **Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:**

1. Отбор способных к занятиям настольным теннисом детей.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
3. Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, выносливости, равновесия, анаэробных возможностей, координационных способностей) для успешного овладения навыками игры.
5. Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.
6. Привитие навыков соревновательной деятельности. В соответствии с правилами настольного тенниса.

#### **Результаты освоения программы:**

- выполнение 2го юношеского разряда;
- сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП, ТТП; -участие в соревнованиях.

## Аннотация рабочей программе по настольному теннису

Весь период подготовки на учебно-тренировочном этапе можно разделить еще на 2 по некоторой общности задач.

**Цель программы:** разносторонняя физическая подготовка, повышение уровня функциональных возможностей, включение средств с элементами специальной физической подготовки, дальнейшее расширение арсенала технико-тактических навыков и приемов, распределение спортсменов по стилям игры, формирование и совершенствование ключевых элементов стиля, дальнейшее повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности, и на этой базе повышение уровня специальной физической работоспособности, развитие специальных физических качеств, овладение техническими навыками, окончательное определение основных компонентов стиля игры спортсмена, улучшение спортивных результатов.

**Условия реализации:** на данный этап зачисляются учащиеся общеобразовательных школ прошедшие этап начальной подготовки по настольному теннису, в возрасте с 7-18 лет, имеющие разрешение врача-педиатра и согласие родителей.

**Срок реализации** программы до 1 года

### Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

1. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности. Воспитание физических качеств: быстроты, гибкости, ловкости и специальной тренировочной выносливости.
2. Обучение приёмам игры («школа» техники), совершенствование их в тактических действиях.
3. Обучение тактическим действиям (в основном индивидуальным и парным) и совершенствование их в игре.
4. Приобщение к соревновательной деятельности.  
Приобретение соревновательного опыта.