

АННОТАЦИИ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ МАУ ДО «ДЮСШ №2 г.Улан-Удэ»

1. Аннотация к рабочим программам по скалолазанию

Аннотация к рабочей программе по скалолазанию (этап начальной подготовки)

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 2-х лет.

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

1. Отбор способных к занятиям скалолазанием детей.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
3. Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, силы, равновесия, анаэробных возможностей, координационных способностей) для успешного овладения навыками скалолазания.
5. Обучение основным приёмам техники лазания и тактическим действиям.
6. Привитие навыков соревновательной деятельности.

Результаты освоения программы:

- сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП;
- участие в соревнованиях.

Аннотация к рабочей программе по скалолазанию (учебно-тренировочный этап)

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

Этап начальной специализации :

(Группы УТ-1, УТ-2)

Группы этапа комплектуются из числа одаренных и способных к спорту детей и подростков, прошедших начальную подготовку, выполнивших нормативные требования по общей физической, специальной подготовке, а также имеющие определенные показатели соревновательной деятельности: объема, разносторонности, стабильности и эффективности.

Цель программы: разносторонняя физическая подготовка, повышение уровня функциональных возможностей, включение средств с элементами специальной физической подготовки, расширение арсенала технико-тактических навыков и приемов лазания

Условия реализации: на данный этап зачисляются учащиеся общеобразовательных школ прошедшие этап начальной подготовки по скалолазанию, в возрасте с 8-10 лет, имеющие разрешение врача-педиатра и согласие родителей.

Срок реализации программы до 2х лет.

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. Совершенствование приемов лазания, совершенствование их в тактических действиях.
3. Обучение тактическим действиям и совершенствование их в соревновательном процессе.

Этап углублённой специализации:(Группы УТ-3,УТ-4, УТ-5)

Перевод по годам обучения осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке.

Цель программы: дальнейшее повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности, и на этой базе повышение уровня специальной физической работоспособности, развитие специальных физических качеств, овладение техническими навыками, улучшение спортивных результатов.

Условия реализации: зачисляются учащиеся прошедшие этап начальной специализации учебно- тренировочного этапа по скалолазанию, в возрасте 11-12 лет, имеющие разрешение врача-педиатра и согласие родителей.

Срок реализации программы до 3х лет.

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

1. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности. Воспитание физических качеств: силы, быстроты и специальной тренировочной и соревновательной выносливости.
2. Совершенствование приёмов лазания,
3. Углублённая отработка технических приемов.
4. Инструкторская и судейская практика

Результаты освоения программы:

-выполнение 2,1 разряда;

-сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП, ТТП;

-участие в соревнованиях по календарному плану школы;

Аннотация к рабочей программе по скалолазанию (этап спортивного совершенствования)

Цель программы: специализированная подготовка, в основе которой лежит учет индивидуальных особенностей скалолазов, совершенствование индивидуального стиля лазания, достижение высоких спортивных результатов.

Условия реализации: зачисляются учащиеся, прошедшие учебно- тренировочный этап по скалолазанию, в возрасте 14-15 лет, имеющие разряд 1 или КМС , разрешение врача-педиатра и согласие родителей.

Срок реализации программы до 3х лет.

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

- 1.Развитие и дальнейшее совершенствование специальных для скалолазания физических качеств
- 2.Дальнейшее совершенствование техники лазания, повышение
- 3.Освоение повышенных тренировочных нагрузок
- 5.Достижение спортивных результатов, характерных для зоны первых больших успехов (выполнение норматива КМС, МС)
- 6.Дальнейшее приобретение соревновательного опыта.

Результаты освоения программы:

-выполнение норматива КМС, МС;

-сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП, ТТП;

-участие в соревнованиях по календарному плану школы;

-участие в соревнованиях в качестве судьи и тренера

2.Аннотация

к рабочим программам по настольному теннису

Цель — многолетняя подготовка спортивных резервов для настольного тенниса с гармоничным развитием физических и духовных сил спортсмена.

Задачи:

1. Образовательные:
 - дать необходимые дополнительные знания в области настольного тенниса;
 - научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
 - обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса;

— сообщение и закрепление специальных знаний по игре в настольный теннис.

2. Развивающие:

— способствовать развитию координации движений и основные физические качеств: силу, ловкость, быстроту реакции;

— способствовать развитию двигательных способностей посредством игры в теннис;

— формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

3. Воспитательные:

— способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;

— воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;

— пропаганда здорового образа жизни;

— содействие в самоопределении, социальной адаптации;

— формирование духовно-нравственных качеств личности;

— формирование мировоззрения, внутренней культуры личности.

В настоящей программе выделено 3 этапа спортивной подготовки:

- спортивно-оздоровительный (СО). На данный этап зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, имеющие разрешение врача.

- этап начальной подготовки (НП). На данный этап зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, имеющие разрешение врача. На этом этапе осуществляются физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта — настольный теннис, выбор спортивной специализации;

- учебно-тренировочный (УТ). Группы этапа комплектуются из числа одаренных и способных к спорту детей и подростков, прошедших начальную подготовку, выполнивших нормативные требования по общей физической, специальной подготовке, а также имеющие определенные показатели соревновательной деятельности: объема, разносторонности, стабильности и эффективности.

3. Аннотация

к рабочим программам по пулевой стрельбе

Рабочие программы по пулевой стрельбе составлены на основе модифицированной программы по пулевой стрельбе (винтовка), модифицированной программы по пулевой стрельбе (пистолет), составленных на основе программы «Пулевая стрельба: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства», 2005 года выпуска (авторы Насонова А.А., Митрофанов А.В., Коликов Н.Б., Хайдуров Е.Л., Соколовский М.Г., Куделин А.И., Ромаков Е.А.)

Рабочие программы разработаны тренерами-преподавателями по пулевой стрельбе МАУ ДО ДЮСШ № 2. В программах представлен программный материал для групп этапов начальной подготовки, учебно-тренировочного и высшего спортивного мастерства с учетом объема часов учебной нагрузки, определенного учебным планом МАУ ДО ДЮСШ № 2

В программах представлена модель построения системы многолетней подготовки спортсмена, планы построения тренировочного процесса и основные принципы спортивной подготовки по годам обучения.

Цель этапа начальной подготовки: утверждение в выборе спортивной специализации и овладение основами техники и тактики.

Основные задачи этапа начальной подготовки:

- формирование сознательного отношения к занятиям физической культурой и стойкого интереса к пулевой стрельбе;

- укрепление здоровья и закаливание организма юных стрелков;

- обеспечение разносторонней физической подготовленности и формирование специальных качеств, определяющих успехи в пулевой стрельбе: силовой выносливости, статической выносливости, равновесия, координирования движений, ловкости;
- усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в тирах, формирование навыков их выполнения;
- обучение техники и тактики пулевой стрельбы;

отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий пулевой стрельбой.

Цель учебно-тренировочного этапа: углубленное овладение технико-тактическим арсеналом пулевой стрельбы из пистолета, винтовки.

Основные задачи учебно-тренировочного этапа:

- укрепление интереса к пулевой стрельбе;
- дальнейшее укрепление здоровья и закаливание организма обучаемых;
- повышение уровня физической подготовленности стрелков, совершенствование специальных качеств: скоростных, силовой выносливости, статической выносливости, координирования движений, ловкости, равновесия, произвольного расслабления;
- закрепление знаний о выстреле и элементах техники его выполнения;
- дальнейшее освоение и совершенствование техники выполнения выстрела.

Цель этапа высшего спортивного мастерства: повышение спортивного мастерства на основе совершенствования техники и тактики пулевой стрельбы.

Основные задачи этапа высшего спортивного мастерства:

- дальнейшее системное укрепление здоровья и закаливание организма спортсмена;
- совершенствование разносторонней физической подготовленности стрелков;
- дальнейшее совершенствование специальных качеств, силовой выносливости, статической выносливости (при постоянном контроле), координированности, ловкости, равновесия, произвольного расслабления, скоростных способностей;
- дальнейшее совершенствование техники выполнения выстрела.

В рабочих программах учебный материал программы представлен в разделах, отражающих следующие виды подготовки: теоретическая, общая и специальная физическая, технико-тактическая, восстановительные мероприятия, инструкторская и судейская практика, контрольно-переводные испытания. Представлены нормативы по общей и специальной физической подготовке, список материально-технического оснащения учебно-тренировочного процесса.

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 учащихся.

Контроль за освоением курса обучения по программам отслеживается следующим образом:

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

4. Аннотация к рабочей программе

ТХЭКВОНДО

Рабочая образовательная программа по тхэквондо разработана на основе Приказа Минспорта России от 18.02.2013 № 62 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис». Зарегистрировано в Минюсте России 21.05.2013 № 28 450.

В основу разработки основной программы лег передовой опыт работы тренеров с юными тхэквондистами, нормативно-правовые факторы, регламентирующие деятельность спортивных школ и основополагающие принципы спортивной подготовки тхэквондистов, результаты научных исследований и современная спортивная практика подготовки спортсменов высокого мастерства.

Отличительная особенность данной программы заключается в поэтапном

преемственном развитии обучающихся, начиная с 6 и до 14-летнего возраста.

В данной программе представлены модель построения системы многолетней подготовки, планы построения тренировочного процесса 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 тхэквондо;
- сформировать у учащихся основы здорового образа жизни, гигиенической культуры и препятствовать появлению вредных привычек;
- развивать физические качества учащихся, повышать функциональные возможности организма, укреплять здоровье и закалять организм;
- приобретать необходимые теоретические знания в области физической культуры и избранного вида спорта – тхэквондо, совершенствовать двигательные умения и навыки;
- организовать занятость детей во внеурочное время, (профилактика правонарушений и асоциального поведения);

Программа предусматривает освоение теоретических основ борьбы, обучение и методику преподавания техники и тактики борьбы. Организация и проведение соревнований по тхэквондо, 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 тхэквондо 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.Высокий уровень физической подготовки учащихся как будущих защитников Отечества.
- 5.Высокий уровень морально-волевых качеств и определенную систему 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 служат нормативные требования по общей физической подготовке, технической и специальной подготовке.

-контрольное тестирование проводится два раза в год (сентябрь, май)

-экзамен по технической подготовке с присвоением пояса определённого цвета проводится в конце каждого учебного года.

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.

