

**I. Перечень программ**

В муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Алтайская детско-юношеская спортивная школа» реализуются следующие дополнительные предпрофессиональные программы:

1. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по борьбе дзюдо

2. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по биатлону

3. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по боксу

4. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по волейболу

5. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по футболу

Срок освоения программ – 8 лет.

Программы предназначены для детей в возрасте от 8 до 18 лет.

**II. Содержание программ**

Программы разработаны на основе:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

- Приказа от 12.09.2013г. №730 «Об утверждении государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам их реализации»

- Приказа Минобрнауки РФ от 29.08.13 №1008 "Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» ,

- Приказа Минспорта РФ от 27.12.13 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»,

- Постановления Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»,

- Устава МАУ ДО «Алтайская ДЮСШ».

Программы учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по избранным видам спорта, возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях избранным видом спорта.

**Основными задачами реализации программ являются:**

- формирование и развитие творческих и спортивных особенностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

**Программа направлена на:**

-отбор одаренных детей;

-создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;

-организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Программы по игровым видам спорта содержат следующие предметные области:

-теория и методика физической культуры и спорта;

- общая и специальная физическая подготовка;

-избранный вид спорта;

-развитие творческого мышления.

Программы по спортивным единоборствам содержат следующие предметные области:

-теория и методика физической культуры и спорта;

- общая физическая подготовка;

-избранный вид спорта;

- другие виды спота и подвижные игры;

- технико-тактическая и психологическая подготовка.

Программы по циклическим, скоростно-силовым видам спорта и многоборьям содержат следующие предметные области:

-теория и методика физической культуры и спорта;

- общая физическая подготовка;

-избранный вид спорта;

- другие виды спорта и подвижные игры.

Программа имеет следующую структуру:

-титульный лист;

- пояснительную записку;

- учебный план;

- методическую часть;

-систему контроля и зачетные требования;

-перечень информационного обеспечения.

Организация занятий по программе осуществляется по следующим этапам подготовки:

- этап начальной подготовки – 3 года;

- тренировочный этап (этап базовой подготовки или начальной специализации) – 2 года;

- тренировочный этап (этап углубленной специализации или период спортивной специализации) – 3 года;

Учебный план Программы содержит:

-продолжительность и объемы реализации программы по предметным областям;

- навыки в других видах спорта, способствующие повышению профессионального мастерства в избранном виде спорта;

- соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения .

Методическая часть программы включает в себя:

- содержание и методику работы по предметным областям, этапам подготовки;

- требования техники безопасности в процессе реализации программы;

- объемы максимальных тренировочных нагрузок.

Система контроля и зачетные требования программы включают в себя:

-комплексные контрольные упражнения для оценки результатов освоения программы;

- требования к освоению программы.

Перечень информационного обеспечения Программы включает:

- список литературы;

- перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

1. Регламентирование образовательного процесса на неделю

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап подготовки | Группа | Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю  (в академических часах) | Количество занятий  в неделю |
| этап начальной подготовки | НП-1 | 6 | 3 |
| НП-2 | 8 | 4 |
| НП-3 | 8 | 4 |
| тренировочный этап | Т-1 | 12 | 4 |
| Т-2 | 12 | 4 |
| Т-3 | 18 | 5 |
| Т-4 | 18 | 6 |
| Т-5 | 18 | 6 |

10. Регламентирование образовательного процесса на день.

Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся и не может превышать: на этапе начальной подготовки – 2 часов; на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3 часов.

11. Регламентирование образовательного процесса по годам обучения

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | НП (до года) |  | НП (свыше 1-го года) |  | ТГ(базо  вая подготов  ка ) |  |  |  | ТГ (спортив  ная спе  циализац)ия  л |  |  | Часы в год | Часы в нед/ год |
|  | Часы  в  неде  лю | Часы в год | Часы  в  неде  лю | Часы в год | Часы  в  неде  лю | Часы в год | Часы  в  неде  лю | Часы в год | Часы  в  неде  лю | Часы в  год | Часы  в нед  828 |  |  |
| Биатлон | 6 | 276 | 8 | 368 | 12 | 552 | 12 | 552 | 18 | 828 | 18 | 828 | 18/828 |
| Бокс | 6 | 276 | 8 | 368 | 12 | 552 | 12 | 552 | 18 | 828 | 18 | 828 | 18/828 |
| Волейбол | 6 | 276 | 8 | 368 | 12 | 552 | 12 | 552 | 18 | 828 | 18 | 828 | 18/828 |
| Дзюдо | 6 | 276 | 8 | 368 | 12 | 552 | 12 | 552 | 18 | 828 | 18  828 | 828  18 | 18/828 |
| Футбол | 6 | 276 | 8 | 368 | 12 | 552 | 12 | 552 | 18 | 828 | 18 | 828 | 18/828 |