

Аннотация программы

Предпрофессиональная программа дополнительного образования (волейбол)
Направленность: физкультурно-спортивная.

ЦЕЛЬ: Физическое образование - формирование знаний, умений и навыков в избранном виде спорта, формирование здорового образа жизни, вовлечение в систему регулярных занятий физической культурой и спортом, а также создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья, профориентации ФК и С.

Задачи:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Рабочие программы по предметным областям

I. ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ ОБЛАСТИ

- 1.1. Теоретические основы физической культуры и спорта
- 1.2. Общая физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка
- 1.3. Вид спорта (волейбол)
- 1.4. Основы профессионального самоопределения

II. ВАРИАТИВНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ ОБЛАСТИ

- 2.1. Различные виды спорта и подвижные игры
- 2.2. Судейская подготовка
- 2.3. Специальные навыки

Направленность	Срок реализации	Возраст учащихся	Уровень сложности	Категория детей (лет)	Интеграция по предметным областям	Процент практической составляющей	Форма промежуточной аттестации
Физкультурно-спортивная	8 лет	9-16 лет	базовый	9-14	Обязательные предметные области		Выполнение контрольно-переводных нормативов
					Теоретические основы физической культуры и спорта	Не менее 10%	
			углубленный	15-16	Общая физическая подготовка	30% (базовый уровень)	
					Общая и специальная физическая подготовка	15% (углубленный уровень)	
					Избранный вид спорта	Не менее 30%	
					Основы профессионального самоопределения	15% (углубленный уровень)	
					Вариативные предметные области		
					Различные виды спорта и подвижные игры	От 10% до 15%	
					Судейская подготовка	5% (углубленный уровень)	
					Специальные навыки	Не менее 15%	

Каждый уровень сложности предпрофессиональной программы дополнительного образования содержит достаточный объем часов по предметной области, которые позволяют формировать у учащихся универсальные, общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Содержание предметных областей и планируемые результаты освоения образовательной Программы учащимися

№ п/п	Наименование предметных областей	Планируемые результаты по предметным областям базового уровня сложности программы	Планируемые результаты по предметным областям углубленного уровня сложности программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	<ul style="list-style-type: none"> - знание истории развития спорта; - знание места и роли физической культуры и спорта в 	<ul style="list-style-type: none"> - знание истории развития избранного вида спорта; - знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения

		<p>современном обществе;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание основ законодательства в области физической культуры и спорта; - знания, умения и навыки гигиены; - знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни; - знание основ здорового питания; - формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом. 	<p>высокого качества жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание этических вопросов спорта; - знание основ общероссийских и международных антидопинговых правил; - знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований; - знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта; - знание основ спортивного питания.
1.2.	Общая физическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> - укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды; - повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки; - развитие физических способностей (силовых, скоростных, 	-

		<p>скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование двигательных умений и навыков; - освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений; - формирование социально значимых качеств личности; - получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе); 	
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	<ul style="list-style-type: none"> - укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды; - повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки; - развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта; - специальная

			психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта.
1.4.	Вид спорта	<ul style="list-style-type: none"> - развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта; - овладение основами техники и тактики избранного вида спорта; - освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений; - освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности учащихся тренировочных нагрузок; - знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта; - знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом; - приобретение опыта участия в физкультурных и 	<ul style="list-style-type: none"> - обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта; - освоение комплексов специальных физических упражнений; - повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов; - знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта; - формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта; - знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства; - опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

		<p>спортивных мероприятиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание основ судейства по избранному виду спорта. 	
1.5.	<p>Основы профессионального самоопределения</p>		<ul style="list-style-type: none"> - формирование социально значимых качеств личности; - развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе); - развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии; - приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка учащихся; - приобретение опыта проектной и творческой деятельности.
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	<p>Различные виды спорта и подвижные игры</p>	<ul style="list-style-type: none"> - умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр; - умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр; - умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений; - приобретение навыков сохранения собственной физической формы. 	

2.2.	Судейская подготовка		<ul style="list-style-type: none"> - освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике; - знание этики поведения спортивных судей; - освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории "юный спортивный судья" по избранному виду спорта.
2.3	Специальные навыки	<ul style="list-style-type: none"> -умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками; -умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта; -умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и само страховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев; -умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений. 	

Виды учебной работы

		Распределение по годам обучения							
		Базовый уровень сложности						Углубленный уровень сложности	
		1 -й год	2 -й год	3 -й год	4 -й год	5 -й год	6 -й год	7 -й год	8 -й год
1	Теоретические занятия	13	13	13	15	15	21	21	21
2	Практические занятия	93	93	93	133	133	165	165	162
2.1	Тренировочные мероприятия	75	75	75	109	109	132	132	132
2.2	Физкультурные и спортивные мероприятия	2	2	2	2	2	4	4	6
2.3	Иные виды практических занятий	16	16	16	22	22	29	29	26

3	Самостоятельная работа	17	17	17	17	17	21	21	21
4	Аттестация	3	3	3	3	3	3	3	6
4.1	Промежуточная аттестация	3	3	3	3	3	3	3	2
4.2	Итоговая аттестация								4
	Общее количество занятий в год	126	126	126	168	168	210	210	210

Технические и программные средства обучения

Персональные компьютеры с программным обеспечением Windows 8.1.

Интернет

Ростелеком. Скорость подключения до 5Мбит/сек.

Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Главным критерием для зачисляемых в группу подготовки является возраст и подготовленность учащихся.

Перевод учащегося на следующий год обучения базового или углубленного уровня сложности осуществляется путем сдачи контрольных нормативов в соответствии со стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта. Перевод учащегося на углубленный уровень сложности программы осуществляется на основании результатов промежуточной аттестации и с учетом результатов выступления на официальных соревнованиях.

Критерии оценки для приема контрольных нормативов по ОФП и СФП устанавливаются в соответствии со стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта.

Разработчик аннотации:

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе МБОУ ДО ДЮСШ г.Слюдянки Володченко Ольга Владимировна.