

## **Аннотация на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «бокс»**

Разработчик: тренер-преподаватель по боксу Антохин Л.Е.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «бокс» основной нормативный документ, определяющий направленность и содержание учебно - тренировочного процесса в секции бокса МБУ ДО ДЮСШ № 3 «Атлет».

Программа разработана в соответствии с законами и нормативно-правовыми актами и федеральными стандартами по боксу. Содержание программы соответствует требованиям к содержанию дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по боксу (приказ Мин. спорта России от 09.11.2022 года № 962). Программа предназначена для работы с детьми 8-18 лет, срок реализации - 8 лет. Образовательная деятельность на всех этапах освоения осуществляется в течении всего учебного года. Продолжительность учебного года 52 недели тренировочных занятий. По своей структуре данная программа является дополнительной образовательной, т.к. реализуется системе дополнительного образования в области физической культуры и спорта. Весь программный материал объединён в целостную систему многолетней спортивной подготовки, предусматривающий обучение на четырех этапах:

- этап начальной подготовки;
- учебно-тренировочный этап;
- этап спортивного совершенствования;
- этап высшего спортивного мастерства.

Программа носит целостный характер, согласованы цели, задачи и способы их достижения, структурные компоненты программы системно взаимодействуют. Структура программы составлена подробно и последовательно, в ней присутствуют все необходимые разделы.

Структура программы содержит:

1. Пояснительную записку
2. Учебный план
3. Методическую часть
4. Система контроля и зачетные требования
5. Перечень информационного обеспечения

В пояснительной записке дана характеристика избранного вида спорта, сформулированы его цели и задачи, изложена структура системы многолетней подготовки на каждом этапе, минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах, а также количество часов в неделю тренировочных занятий в зависимости от этапа подготовки.

В учебном плане программы отражены продолжительность и объем программы по разделам обучения. Отражены основные формы организации

тренировочного процесса:

- групповые тренировочные занятия;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые с несколькими обучающимися, объединенными в команду для подготовки к участию в соревнованиях;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в соревнованиях и иных мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация.

Также представлен годовой план для всех этапов спортивной подготовки, что позволяет соблюсти принципы преемственности и целостности требований и подхода в построении учебно-тренировочного процесса. Тематическое планирование раскрывает основные темы теоретических и практических занятий.

Программа системно объединяет в себе основные компоненты, направленные на эффективную организацию образовательного и тренировочного процесса.

Методическая часть программы включает в себя содержание и методику работы по предметным областям: теорию и методику физической культуры и спорта, общую, специальную и технико - тактическую подготовку по избранному виду спорта, инструкторская и судейская практика, восстановительные мероприятия и медицинский контроль, воспитательная работа, психологическая подготовка на всех этапах подготовки. В программе даны конкретные методические рекомендации по планированию и проведению учебно-тренировочной работы на разных ее этапах в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и способностей обучающихся. Также в программе представлены требования правил техники безопасности при проведении занятий по боксу.

В разделе система контроля и зачетные требования четко сформулированы и определены контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке.

Язык и стиль изложения программы ясный, понятный и доступный.

Перечень информационного обеспечения достаточно полный и соответствует содержанию программы.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «бокс» может быть оценена положительно, также рекомендована к использованию в системе дополнительного образования детей в ДЮСШ для занятий в секции бокса.

**Аннотация**  
**на дополнительную образовательную программу спортивной**  
**подготовки по виду спорта «кекусинкай»**

Разработчик программы: тренер-преподаватель по каратэ Кобзев А.И. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «кекусинкай» направлена для обучающихся 6-18 лет, срок реализации - 8 лет. Образовательная деятельность на всех этапах освоения осуществляется в течении всего календарного года. Продолжительность учебного года 52 недели тренировочных занятий. По своей структуре данная программа является дополнительной образовательной, т.к. реализуется системе дополнительного образования в области физической культуры и спорта.

Актуальность программы заключается в том, что, объединяет основные методические положения и опираясь на особенности современного этапа развития спорта, построена рациональная единая система многолетней спортивной подготовки каратистов. Программа направлена на отбор одаренных детей для занятий каратэ «кекусинкай» и развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание.

Программа носит целостный характер, согласованы цели, задачи и способы их достижения, структурные компоненты программы системно взаимодействуют. Структура программы составлена подробно и последовательно, в ней присутствуют все необходимые разделы.

Структура программы содержит:

1. Пояснительную записку
2. Учебный план
3. Методическую часть
4. Система контроля и зачетные требования
5. Перечень информационного обеспечения

В пояснительной записке дана характеристика избранного вида спорта, сформулированы его цели и задачи, изложена структура системы многолетней подготовки, минимальный возраст детей для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах, а также количество часов в неделю тренировочных занятий в зависимости от этапа подготовки.

В учебном плане программы отражены продолжительность и объем программы по разделам обучения. Также представлен годовой план для всех этапов спортивной подготовки, что позволяет соблюсти принципы преемственности и целостности требований и подхода в построении учебно-тренировочного процесса. Тематическое планирование так же рассчитано для всех этапов подготовки, где раскрываются основные темы теоретических и практических занятий.

Программа системно объединяет в себе основные компоненты, направленные на эффективную организацию образовательного процесса.

Методическая часть программы включает в себя содержание и методику работы по предметным областям: теория и методика физической культуры и спорта, общая, специальная и технико - тактическая подготовка, избранного вида спорта, инструкторская и судейская практика, восстановительные мероприятия, воспитательная работа, психологическая подготовка на всех этапах подготовки. В программе даны конкретные методические рекомендации по планированию и проведению учебно-тренировочной работы на разных этапах в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и способностей обучающихся.

Представлены правила техники безопасности при проведении занятий по каратэ.

В разделе система контроля и зачетные требования четко сформулированы и определены контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке. Для правильного выполнения нормативных требований по общей и технической подготовке даны пояснения к выполнению контрольных упражнений.

Язык и стиль изложения программы ясный, понятный и доступный.

Перечень информационного обеспечения достаточно полный и соответствует содержанию программы.

В целом Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «кекусинкай» может быть оценена положительно. Её можно рекомендовать к использованию в системе дополнительного образования детей в ДЮСШ.

**Аннотация**  
**на дополнительную образовательную программу спортивной**  
**подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг»**

Разработчик: тренер-преподаватель по пауэрлифтингу Вакуленко В. В.

Настоящая программа является основным документом, определяющим направленность и содержание тренировочного и воспитательного процессов секций пауэрлифтинга МБУ ДО ДЮСШ № 3 "Атлет" г. Алексина Тульской области.

Программа составлена в соответствии с приказом Министерства России от 09.11.2022 г. № 962

Образовательная деятельность на всех этапах освоения осуществляется в течении всего календарного. Продолжительность учебного года 52 недель тренировочных занятий. Срок реализации программы - 8 лет.

Программа предназначена для обучающихся 7 — 23 лет.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки, предусматривающий обучение на 4 этапах: этап начальной подготовки, тренировочный этап, этап совершенствования спортивного мастерства и этап высшего спортивного мастерства.

В программе дается характеристика избранного вида спорта, его отличительные особенности, излагается структура системы многолетней спортивной подготовки, отражены рекомендации по набору и комплектованию групп, в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и подготовки обучающихся. По своей структуре данная программа является дополнительной образовательной, так как реализуется системе дополнительного образования в области физической культуры и спорта.

Программа, опираясь на особенности современного этапа развития спорта, охватывает основные методические положения, на основе которых строится рациональная единая педагогическая система многолетней спортивной подготовки и обучения в ДЮСШ, и предусматривает:

- преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки всех возрастных групп;
- преемственность в решении задач по формированию личности спортсмена, укреплению здоровья, гармоничному развитию всех органов и систем организма;
- целевую направленность по отношению к высшему спортивному мастерству;
- обеспечение всесторонней и специальной физической подготовки;

- комплексную систему контроля и анализа состояния подготовленности спортсмена.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы заключается:

- в строгой преемственности задач, средств, и методов тренировки;
- научно обоснованном распределении объема и интенсивности нагрузки с учётом индивидуальных особенностей организма;
- неуклонное возрастание объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется, постоянное увеличение объема специальной физической подготовки по отношению к общему объёму тренировочной нагрузки и соответственно уменьшение объема общей физической подготовки;
- строгое соблюдение принципа постепенности применения тренировочных нагрузок в процессе тренировок.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса пауэрлифтеров на различных этапах многолетней подготовки с учётом особенностей их подготовки.

В программе для каждого этапа подготовки поставлены цели и задачи, определены допустимые объёмы тренировочных нагрузок, предложены варианты построения годичного тренировочного цикла с учётом возрастных и должного уровня физической, функциональной подготовленности и требований подготовки обучающихся.

Основными формами организации образовательного процесса являются: групповые и индивидуальные тренировочные занятия, участие в соревнованиях и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия, промежуточная и итоговая аттестация, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

Структура программы выдержана и содержит:

1. Пояснительную записку
2. Учебный план
3. Методическую часть
4. Система контроля и зачетные требования
5. Перечень информационного обеспечения

Пояснительная записка включает в себя характеристику избранного вида спорта, его отличительные особенности и специфику организации обучения, структуру подготовки на всех этапах.

Программа содержит учебный план, где отражены продолжительность и объемы обучения тренировочной нагрузки на всех этапах подготовки,

навыки в других видах спорта, способствующие повышению мастерства в пауэрлифтинге. Также представлен годовой план для каждого этапа подготовки.

Методическая часть программы включает в себя содержание и методику работы по предметным областям, этапам (периодам) подготовки, тематическое планирование на каждый этап обучения, раскрываются основные темы теоретических и практических занятий, требования техники безопасности в процессе реализации программы. Программа системно объединяет в себе основные компоненты, направленные на эффективную организацию образовательного процесса.

В разделе система контроля и зачетные требования включены контрольные упражнения по общефизической и технической подготовке для оценки результатов освоения программы обучающимися, методические указания по выполнению упражнений, требования к результатам освоения программы.

Перечень информационного обеспечения достаточно полный и соответствует содержанию программы. В него включены нормативные документы, список методической литературы, перечни интернет - ресурсов. Язык и стиль изложения программы ясный, понятный и доступный.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг» заслуживает положительной оценки и может быть рекомендована к использованию в системе дополнительного образования обучающихся в условиях ДЮСШ для занятий пауэрлифтингом.

**Аннотация**  
**на дополнительную образовательную программу спортивной**  
**подготовки по виду спорта «самбо»**

Разработчик программы: тренер-преподаватель по самбо Варанкин В. И.

Настоящая программа является основным документом, определяющим направленность и содержание тренировочного и воспитательного процессов секций самбо МБУ ДО ДЮСШ № 3 "Атлет" г. Алексина Тульской области.

Программа составлена в соответствии с приказом Министерства России от 24.11.2022 г. № 1073 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «самбо».

Программа предназначена для детей в возрасте 6 — 18 лет.

Срок освоения программы - 7 лет.

Образовательная деятельность на всех этапах освоения осуществляется в течении всего календарного года. Продолжительность учебного года 52 недели тренировочных занятий. Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки, предусматривающий обучение на 4 этапах: этап начальной подготовки; учебно- тренировочный этап; этап спортивного совершенствования; этап высшего спортивного мастерства.

В программе дается характеристика избранного вида спорта, его отличительные особенности, излагается структура системы многолетней подготовки, отражены рекомендации по набору и комплектованию групп, в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и подготовки обучающихся.

По своей структуре данная программа является дополнительной образовательной, так как реализуется системе дополнительного образования в области физической культуры и спорта.

Актуальность программы - формирование физически и нравственно развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, развитие способностей детей в избранном виде спорта, отбор перспективных обучающихся для специализированной подготовки, достижения высоких результатов, позволяющих спортсменам войти в состав сборной команды области по самбо, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса самбистов на различных этапах многолетней подготовки с учётом особенностей их подготовки. В программе для каждого этапа подготовки поставлены цели и задачи, определены допустимые объёмы тренировочных нагрузок,

предложены варианты построения годичного тренировочного цикла с учётом возрастных и должного уровня физической, функциональной подготовленности и требований подготовки обучающихся.

Основными формами организации образовательного процесса являются: групповые и индивидуальные тренировочные занятия, участие в соревнованиях и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия, промежуточная и итоговая аттестация, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

Программа носит целостный характер, согласованы цели, задачи, а также способы их достижения, структурные компоненты программы системно взаимодействуют.

Структура программы содержит:

1. Пояснительную записку
2. Учебный план
3. Методическую часть
4. Система контроля и зачетные требования
5. Перечень информационного обеспечения

Пояснительная записка включает в себя характеристику избранного вида спорта, его отличительные особенности и специфику организации обучения, структуру подготовки на этапе начальной подготовки 1-3 года и тренировочном этапе 1-4 года обучения.

Программа содержит учебный план, где отражены продолжительность и объемы обучения тренировочной нагрузки на всех этапах подготовки, навыки в других видах спорта, способствующие повышению мастерства в самбо. Также представлен годовой план для каждого этапа тренировок.

Методическая часть программы включает в себя содержание и методику работы по предметным областям, этапам (периодам) подготовки, тематическое планирование на каждый этап обучения, раскрываются основные темы теоретических и практических занятий, требования техники безопасности в процессе реализации программы. Программа системно объединяет в себе основные компоненты, направленные на эффективную организацию образовательного процесса.

Основными формами организации образовательного процесса являются: групповые и индивидуальные тренировочные занятия, теоретические занятия, участие в спортивных и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, восстановительные мероприятия, педагогический контроль и психологическая подготовка.

В разделе система контроля и зачетные требования включены контрольные упражнения по общефизической и технической подготовке для

оценки результатов освоения программы обучающимися, методические указания по выполнению упражнений, требования к результатам освоения программы. Раскрыта система техники безопасности при проведении занятий по самбо.

Перечень информационного обеспечения достаточно полный и соответствует содержанию программы. В него включены нормативные документы, список методической, перечни интернет - ресурсов. Язык и стиль изложения программы ясный.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «самбо» заслуживает положительной оценки и может быть рекомендована к использованию в системе дополнительного образования обучающихся в условиях ДЮСШ.

**Аннотация**  
**на дополнительную образовательную программу спортивной**  
**подготовки по виду спорта «футбол»**

Разработчик программы: тренер-преподаватель по футболу  
Зеленов В.Н., Горбатов И. П.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» является основным документом, определяющим направленность и содержание тренировочного и воспитательного процессов в секциях футбола МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет». Программа предназначена для детей в возрасте 6 — 18 лет. Период освоения программы - 8 лет. Образовательная деятельность на всех этапах освоения осуществляется в течении всего учебного года. Продолжительность учебного года 52 недель тренировочных занятий. Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки, предусматривающий обучение на 4 этапах: этап начальной подготовки; учебно- тренировочный этап; этап спортивного совершенствования; этап высшего спортивного мастерства.

Педагогическая целесообразность программы заключается в гармоничном развитии обучающихся, всестороннем укреплении их здоровья, а также формирования необходимых знаний, умений и навыков в избранном виде спорта, с целью развития и реализации в спортивной деятельности индивидуальных физических возможностей обучения основам футбола.

По своей структуре данная программа является дополнительной образовательной, так как реализуется системе дополнительного образования в области физической культуры и спорта.

Актуальность - обеспечение воспитания физически здорового человека, посредством данного вида спорта.

Целеполагание - программа носит целостный характер, согласованы цели, задачи, а также способы их достижения, структурные компоненты программы системно взаимодействуют.

Структура программы содержит:

1. Пояснительную записку
2. Учебный план
3. Методическую часть
4. Система контроля и зачетные требования
5. Перечень информационного обеспечения

Пояснительная записка включает в себя характеристику избранного вида спорта, его отличительные особенности и специфику организации обучения, структуру подготовки на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе.

В учебном плане программы отражены продолжительность и объемы тренировочной нагрузки по всем этапам обучения. Также представлен годовой учебный график тренировочных занятий в соответствии с этапом подготовки.

Содержательная часть программы направлена на практическое применение в условиях ДЮСШ. Тематическое планирование рассчитано на 8 лет обучения, раскрываются основные темы теоретических и практических занятий. Методический аспект представлен характеристиками педагогических и организационных условий, необходимых для получения образовательных результатов, в условиях учреждения дополнительного образования, а также раскрывает методику работы над содержанием. Программа системно объединяет в себе основные компоненты, направленные на эффективную организацию образовательного процесса.

Основными формами организации образовательного процесса являются: групповые и индивидуальные тренировочные занятия, теоретические занятия, участие в спортивных и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, восстановительные мероприятия, а также воспитательная работа и психологическая подготовка.

Система контроля и зачетные требования включают комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы обучающимися, методические указания по организации промежуточной аттестации.

Перечень информационного обеспечения достаточно полный и соответствует содержанию программы. В него включены нормативные документы, список литературы, перечни интернет - ресурсов.

Язык и стиль изложения программы ясный.

В целом дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футболу» заслуживает положительной оценки и может быть рекомендована к использованию в системе дополнительного образования обучающихся в условиях ДЮСШ.