

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОБЛАСТНАЯ ДЕТСКО–ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»  
(БУ ДО «ОблДЮСШ»)**

---

Горная улица, 13, г. Омск, 644008

тел.8 (3812) 60-65-41

**Аннотация**

на дополнительную общеобразовательную предпрофессиональную программу в  
области физической культуры и спорта  
по виду «Лыжные гонки»  
базового уровня сложности

Авторы программы: Толмачева Е.М.- заместитель директора по УВР, Могутова А.А. - методист БУ ДО «ОблДЮСШ»

Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по виду «Лыжные гонки» базового уровня сложности (далее – Программа) разработана в соответствии с основными федеральными документами:

- с Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

- Приказом Минспорта России от 15.11.2018 № 939 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;

- Приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 731 "Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта";

- Приказом Минспорта России от 07.03.2019 г. № 187 «О внесении изменений в Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 731»;

- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

- локальными нормативными актами Учреждения;

- возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся.

Основной целью Программы является создание целостной системы и комплекса мероприятий, направленных на всестороннее физическое, нравственное и творческое развитие личности обучающегося посредством реализации индивидуальных способностей, непрерывного самопознания и самосовершенствования, формирования потребности к ведению здорового образа жизни, устойчивого интереса к занятиям избранным видом спорта.

Основные задачи реализации Программы:

- выявление и развитие творческих и спортивных способностей у детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

- формирование духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- выявление и поддержка детей, проявляющих выдающиеся способности в спорте;
- гармоничное и всестороннее развитие специальных навыков, психологических качеств обучающегося.

Программа ориентирована на обучающихся в возрасте от 6 до 14 лет. Срок реализации- 6 лет.

Прием на обучение по Программе ведется на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в области физической культуры и спорта, при наличии медицинского заключения о допуске поступающего для занятий физической культурой и спортом.

Индивидуальный отбор проводится в целях выявления у поступающих физических, психологических способностей и двигательных умений, необходимых для освоения соответствующих образовательных программ.

Обучение является очным, основными формами организации учебного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- групповые и индивидуальные аудиторные занятия;
- самостоятельная работа обучающихся;
- инструкторская и судейская практика;
- оздоровительные и учебно-тренировочные сборы;
- участие в физкультурных и спортивных мероприятиях (как в качестве участника, так и в качестве зрителя);
- организация и участие в совместных мероприятиях с другими Организациями (конкурсы, фестивали, соревнования, матчи, учебно-тренировочные и оздоровительные сборы).

Учебный план по дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программе в области физической культуры и спорта по виду спорта «Лыжные гонки» базового уровня сложности рассчитан на 44 недели. Учебные часы распределены по годам обучения, по трудоемкости на обязательные предметные области: «Теоретические основы физической культуры и спорта», «Общая физическая подготовка», «Вид спорта», а также вариативные предметные области, которые дают возможность расширения, углубления подготовки обучающихся, определяемой содержанием обязательных предметных областей образовательной программы, получения обучающимися дополнительных знаний, умений и навыков: «Различные виды спорта и подвижные игры», «Специальные навыки», «Спортивное и специальное оборудование». При изучении обязательной и вариативной предметных областей Программы учебным планом предусматривается объем времени, выделяемый на самостоятельную работу обучающихся по каждой предметной области.

Результаты реализации Программы:

- личностные результаты: проявление целеустремленности, силы воли, трудолюбия, дисциплинированности; проявление патриотических убеждений, принятие демократических ценностей, демонстрация толерантности к этнической и национальной принадлежности; понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;

- метапредметные результаты: общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; участие в постановке цели, в определении будущего результата, в планировании деятельности и отборе средств достижения результата; умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время тренировочного процесса; умение концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия в период проведения тренировочных занятий и соревнований; умение самостоятельно находить, анализировать и интерпретировать необходимую информацию; умение осуществлять рефлекссию собственной деятельности, находить возможности и способы ее улучшения, эффективности;

- результаты по профилю (виду спорта) программы: представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; умение характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств; выполнение комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; умение расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств; технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта и нормативов ГТО, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Лыжные гонки» базового уровня сложности отличается согласованностью поставленных задач, единым подходом к содержанию, организации, результатам педагогической деятельности.