

Аннотация
к дополнительной образовательной общеразвивающей программе
в области физической культуры и спорта по полиатлону (дети)

Тренер-преподаватель А.И.Бондаренко

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по полиатлону (дети) разработана в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Организация разработчик: МКОУ ДО Павловская ДЮСШ.

Разработчик: тренер-преподаватель Бондаренко А.И.

Срок реализации – 1 год

Настоящая программа предназначена для подготовки стрелков в группах 1,2 3 года обучения для обучающихся 10-17 лет. Актуальность программы в том, что она является базовой основой для подготовки школьников к сдаче норм ГТО, утвержденных президентом РФ с 2014 года, подготовкой к военной службе в российской армии, патриотического воспитания подростков. Цель программы: обеспечить занятие по интересам для большинства посещающих объединение и подготовка детей, желающих достичь высоких результатов. Программа подготовки на разных возрастных этапах направлена на решение следующих задач:

- формирование стойкого интереса и сознательного отношения к занятиям физической культурой, пулевой стрельбой в частности;
- укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся;
- обеспечение разносторонней физической подготовки стрелков-пулевиков и формирование специальных качеств, определяющих спортивный рост и успехи в соревнованиях: силовой выносливости, статической выносливости, координированности (движений и внутримышечной), ловкости, скоростных способностей, равновесия, произвольного мышечного расслабления;
- усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб, доведение их выполнения до автоматизма;
- совершенствование психических качеств, определяющих успешность овладения техникой и тактикой пулевой стрельбы и выступлений стрелков на соревнованиях;
- воспитание черт характера, необходимых стрелку-спортсмену и соответствующих нормам высокой морали, гражданской и спортивной этики;

Общая характеристика объединения: возраст детей – 10-17 лет. Весь учебный материал в программе излагается по следующим группам:

- 1-й год обучения – группа начальной подготовки – 13 человек,
- 2-ой год обучения – учебно-тренировочная группа - 4 человека,
- 3-й год обучения – учебно-тренировочная группа - 2 человека,
- 4-й год обучения - группа спортивного совершенствования
- 5-й год обучения - группа спортивного совершенствования

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Групповые учебные занятия;
- Участие в соревнованиях различного уровня;
- Проведение физкультурно - оздоровительной работы;

Календарно-тематическое планирование составлено на основе разделов:

1. Основы знаний
2. Техническая подготовка
3. Тактическая, морально-волевая и психологическая подготовка
4. Контрольное занятие (КЗ)

Темы для всех групп на занятие – одинаковы, а вот нормативы и физическая нагрузка для всех участников образовательного процесса – разные: группа – смешанная, разновозрастная.

Программа по полиатлону соответствует установленным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам.