

Аннотация
к дополнительной образовательной предпрофессиональной программе
в области физической культуры и спорта по конному спорту
(базовый и углубленный уровень)

Старший тренер-преподаватель Е.Т.Жукова

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по конному спорту разработана в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», с приказом Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. N 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"

Организация разработчик: МКОУ ДО Павловская ДЮСШ.

Разработчики: методист Е.П.Чаркина, заместитель директора по УВР В.И.Липлявкина, тренер-преподаватель Жукова Е.Т.

Срок реализации – 8 год (базовый уровень – 6 лет, углубленный уровень – 2 года).

Программа разработана с учетом материально-технического обеспечения, климатических условий, состояния здоровья детей, их индивидуальных особенностей, а также психофизиологических возрастных особенностей. В рамках данной Программы осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа с обучающимися отделения «Конный спорт» группы начальной подготовки и учебно-тренировочной в возрасте от 8 до 18 лет.

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Конный спорт» формирует у спортсменов компетенции осуществления универсальных действий:

- личностных (самоопределение, нравственно-этическая ориентация);
- регулятивных (планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка);
- познавательных (общеучебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем);
- коммуникативных (планирование сотрудничества, разрешение конфликтов, управление поведением, достаточно полное и точное выражение своих мыслей в соответствии с задачами и условиями коммуникации).

Цель дополнительной предпрофессиональной Программы по виду спорта «Конный спорт» для спортивной дисциплины «конкур» заключается в развитии и совершенствовании свойств и способностей, обуславливающих формирование двигательных навыков и физических качеств спортсменов, в гармоничном физическом и духовно-нравственном развитии личности обучающихся.

Программный материал предполагает решение следующих основных задач:
обучающие:

- ознакомить с историей развития конного спорта;
- освоить основы технической и тактической подготовки;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- освоить основы инструкторской и судейской практики;

воспитывающие:

- воспитание волевых, смелых, дисциплинарных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов;

развивающие:

- способствовать развитию специальных физических качеств: скоростных способностей, вестибулярной устойчивости, гибкости, координационных способностей, мышечной силы, выносливости.

Важнейшими дидактическими *принципами* обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача тренера-преподавателя в усвоении учебного материала состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по конному спорту в зависимости от возраста обучающихся, их индивидуальных способностей.

Ведущими *методами* обучения, рекомендуемыми данной Программой являются:

- словесные методы, которые создают у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении (объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т. д.);

- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях;

- практические методы: метод упражнений, соревновательный метод.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами:

- в целом;

- по частям.

Наиболее распространенными *формами* работы с обучающимися при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

В основу методики физической подготовки дополнительной предпрофессиональной Программы по виду спорта «Конный спорт» для спортивной дисциплины «конкур» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала обучающихся. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей могут быть приобретены обучающимися путем тренировки, а также реализации целенаправленного процесса их адаптации к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Основными *формами осуществления спортивной подготовки* являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- участие в соревнованиях различного уровня, тренировочных сборах;

- инструкторская и судейская практика;

- пребывание в спортивно-оздоровительных лагерях;

- осуществление восстановительных, оздоровительных и профилактических мероприятий;

- медико-биологическое обследование, профилактические мероприятия;

- тестирование и контроль.

Основные задачи реализации Программы:

1) На этапе начальной подготовки:

- укрепление здоровья обучающихся;

- утверждение здорового образа жизни;

- воспитание физических, морально-волевых качеств;

- привитие навыков самоконтроля;
- профилактика вредных привычек и правонарушений;
- базовая подготовка и определение дисциплины конного спорта для дальнейшей специализации;

- знакомство с правилами конного спорта, изучение правил техники безопасности.

2) На учебно-тренировочном этапе (УТГ) 1-го-2-го годов обучения

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;

- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду «конный спорт»;

- формирование спортивной мотивации;

- укрепление здоровья спортсменов;

- повышение уровня общей физической и специальной физической подготовленности;

- воспитание основных физических качеств;

- овладение техническими и тактическими приёмами;

- изучение правил конного спорта спортивной дисциплины «конкур»;

- участие в соревнованиях различного уровня;

- специализация и углубленная подготовка в избранном виде;

Для осуществления грамотного тренировочного процесса необходима специальная система, которой является данная дополнительная предпрофессиональная программа подготовки спортсменов конников.