**АННОТАЦИЯ**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА «СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА» ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА (СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ - 10 ЛЕТ))**

Авторы программы:

Волкова Ольга Юрьевна- заместитель директора по УВР МАОУ ДО «Ирбитская ДЮСШ»

Забелина Нина Ивановна – заместитель директора по УВР ГБПОУ СО «Ирбитский гуманитарный колледж»

Кузнецов Ксения Владимировна – заместитель директора по МР ГБПОУ СО «Ирбитский гуманитарный колледж»

Настоящая программа выполнена в соответствии с :

• Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г №

273 – ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»;

• Федеральный закон Российской федерации от 4 декабря 2007г № 329 ФЗ « О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

•Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013г № 730 «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»;

• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от

29 августа 2013г № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

• Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря

2013г № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

• Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013г № 731 «Об утверждении Порядка приёма на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

Программа предназначена для работы с обучающимися 8-18 лет.

Цель программы:

Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта, направлены на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получение ими начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта) и подготовку к освоению этапов спортивной подготовки.

Программный материал объединён в целостную систему поэтапной спортивной подготовки и воспитательной работы, предполагая решение следующих задач:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков в систематические занятия спортом;

- формирование навыков самосовершенствования, самоконтроля и самопознания;

- содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической и технической подготовленности и укрепление здоровья учащихся;

- подготовка спортсменов высокой квалификации, подготовка резерва в сборные команды России;

- воспитание волевых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности, морально- этических и эстетических качеств спортсменов;

- профессиональная подготовка инструкторов и судей по аэробике, воспроизводство и развитие кадрового потенциала общества.

Программа соответствует Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта по группе видов спорта «сложно координационные» и к срокам обучения по этим программам, учитывает требования федерального государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная аэробика, возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

Спортивная аэробика (СА) - яркий, динамичный вид спорта, на помосте спортсмены выполняют под музыку непрерывные комбинации упражнений, элементы на силу и гибкость, согласованность с партнерами, выносливость и эмоциональность.

СА предъявляет высокие требования к организму занимающихся: необходима общая выносливость, динамическая, статическая, взрывная сила гибкость, координация движений, вестибулярная устойчивость.

Программа является основным документом при организации и проведении занятий по спортивной аэробике в МАОУ ДО «Ирбитская ДЮСШ» и содержит следующие предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, общая физическая подготовка, избранный вид спорта, акробатика и хореография.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на различных этапах подготовки, отбору и комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей занимающихся.

Тренировочный процесс в ДЮСШ ведется в соответствии с годовым учебным (тренировочным) планом (далее – учебный план), рассчитанным в соответствии с федеральными государственными требованиями к дополнительным предпрофессиональным программам и срокам обучения по программе на 46 недель учебно-тренировочных занятий в непосредственно в условиях ДЮСШ и тренировочных сборов, 6 недель – самостоятельная работа в период активного отдыха обучающихся.

В программе представлены задачи работы и содержание материала по основным компонентам тренировки, приводится распределение времени на предметные области по периодам и этапам, количество тренировочных занятий и соревнований, нормативные требования. Таким образом, Программа детализируют содержание работы последовательно по годам обучения. Организация занятий осуществляется по следующим этапам (периодам) подготовки:

- этап начальной подготовки - 3 года

- тренировочный этап - до 5 лет.

-совершенствование спортивного мастерства от года и выше

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программ не может превышать на:

НП (до 1 года) 6 часов в неделю

- НП (свыше 1 года) 8 часов в неделю

- Т(СС)- 1,2 -12 часов в неделю

- Т(СС) – 3,4,5-18 часов в неделю

СС- до года и свыше- 24 часов в неделю.

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями отделения спортивной аэробики, имеющими профессиональное образование и категории тренерско-педагогической квалификации.