**АННОТАЦИЯ**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА «ДЗЮДО» 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 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 є спорта»;

- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября

2013г № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры є 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.

Основными задачами реализации Программы являются:

- систематическое повышение мастерства за счёт овладения

техническим и тактическим арсеналом во время регулярных тренировочных занятий в спортивных соревнованиях;

- воспитание морально-волевых качеств, привитие патриотизма к общекультурным ценностям;

-повышение работоспособности юных спортсменов, расширение их физических возможностей, поддержание высокой физической готовности спортсменов высшего мастерства;

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

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте;

- отбор одаренных детей

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;

- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;

Дзюдо (с япон.яз.«Мягкий путь»). В России такое часто используется название «Путь гибкости») — японское боевое искусство, философия и спортивное единоборство без оружия, созданное в конце XIX века на основе дзюдзюцу японским мастером боевых искусств Дзигоро Кано, который также сформулировал основные правила и принципы тренировок и проведения состязаний.

Программа конкретизирует объем, содержание, планируемые результаты образовательной деятельности, характеризует организационно педагогические условия и формы промежуточной аттестации. В основу отбора и систематизации материала программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

Принцип комплексности выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон тренировочной деятельности: теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовки, педагогического и медицинского контроля, восстановительных мероприятий.

Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического и практического материала, в постепенном усложнении содержания тренировок, в единстве задач, средств и методов подготовки.

Принцип вариативности дает определенную свободу выбора средств и методов.

Целью прохождения спортивной подготовки по дзюдо является отбор и эффективная тренировка спортсменов высокого уровня спортивного мастерства на базе ДЮСШ.

Программа является основным документом при организации и проведении занятий по дзюдо в муниципальном учреждении дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа и содержит следующие предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка, избранный вид спорта, другие виды спорта и подвижные игры.

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

Предпрофессиональная программа по дзюдо для обучающихся МАОУ ДО «Ирбитская ДЮСШ» позволяют последовательно решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной подготовки и включает в себя следующие этапы:

- 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 дзюдо, имеющими профессиональное образование и категории тренерско-педагогической квалификации.