

**АННОТАЦИЯ**  
**на дополнительную общеразвивающую программу**  
**по виду спорта лыжные гонки**  
**Муниципального бюджетного образовательного учреждения**  
**дополнительного образования Детско-юношеского клуба физической**  
**подготовки «Толбачик» посёлка Козыревск**  
**Усть-Камчатского муниципального района Камчатского края**

Реализация образовательных программ в области физической культуры и спорта направлена на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Дополнительные рабочие программы 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.

Программы в МБОУДО ДЮК ФП «Толбачик» разработаны в соответствии с законами, нормативно правовыми актами и федеральными стандартами по видам спорта: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ, Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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», Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 года № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 года №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», Приказа Министерства спорта Российской

Федерации от 12.09.2013 года № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

Вид спорта: лыжные гонки.

Возраст учащихся: 7-18 лет.

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта лыжные гонки позволяет последовательно решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной подготовки.

Срок реализации программ:

1. Спортивно-оздоровительный этап - 1 год.
2. Этап начальной подготовки - 3 года.
3. Учебно-тренировочный этап – 5 лет.
4. Этап спортивного совершенствования мастерства -1 год.

Программа каждого года обучения рассчитана на 52 недели.

Краткая аннотация дополнительной общеразвивающей программы: настоящая дополнительная общеразвивающая программа составлена на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и Приказа Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки» от 24.04.2013 № 220.

**Цель программы:** объединить основные методические положения и опираясь на особенности современного этапа развития спорта, построить рациональную единую систему многолетней предпрофессиональной подготовки лыжников.

**Задачи программы:**

- Формирование устойчивого интереса к занятиям лыжными гонками.
- Укрепление здоровья и всестороннее развитие личности.
- Развитие спортивных и творческих способностей воспитанников.
- Выявление задатков и способностей, привитие интереса к тренировочным занятиям.
- Приобретение соревновательного опыта.

Программа направлена:

- отбор одаренных детей для занятий лыжными гонками;
- создание условий для гармоничного физического развития юных лыжников, разностороннюю подготовку, укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание.

Учебная программа предусматривает следующее соотношение объемов обучения по предметным областям: теория и методика физической культуры и спорта в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана; общая физическая подготовка от 10 % до 20 % учебного плана; специальная физическая подготовка от 30 % до 35 % учебного плана; избранный вид спорта в объеме не менее 45 % от учебного плана и другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 15% от учебного плана; самостоятельная работа обучающихся в пределах до 10 % учебного плана.

Прогнозируемые результаты. В результате реализации программы воспитанники достигают следующие результаты:

1. Укрепление здоровья и повышение уровня физической работоспособности.
2. Овладение необходимыми знаниями в области теории и методики физической культуры и спорта.
3. Разносторонняя подготовка, развитие физических качеств в области лыжных гонок.
4. Предпрофессиональная подготовка лыжников и успешное выступление на соревнованиях.
5. Выполнение спортивных разрядов.
6. Подготовка квалифицированных спортсменов для пополнения сборных команд.
7. Возможность перехода к программам спортивной подготовки.

Контроль за выполнением программы осуществляется в форме контрольно-переводных нормативов, учета и анализа результатов выступлений на соревнованиях.

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