

Аннотация к дополнительной предпрофессиональной образовательной программе вид спорта «Баскетбол»

Программа является основным документом при организации и проведении тренировочных занятий по баскетболу в МБУ ДО «Большеулуйская ДЮСШ» и содержит следующие предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка, избранный вид спорта, самостоятельная работа. 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 и уровню развития физических и психофизиологических качеств.

Содержание Программы учитывает особенности подготовки обучающихся по баскетболу, в том числе:

- большой объем разносторонней физической подготовки в общем объеме тренировочного процесса;

- постепенное увеличение интенсивности тренировочного процесса и постепенное достижение высоких общих объемов тренировочных нагрузок;

- необходимой продолжительностью индивидуальной соревновательной подготовки, характерной для избранного вида спорта;

- перспективность спортсмена выявляется на основе наличия комплексов специальных физических качеств.

Программа разработана на основе следующих основных нормативных документов:

1. ФЗ №273-ФЗ от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации»;

2. ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 29.07.2018);

3. Приказ Министерства спорта РФ №730 от 12.09.2013 г. «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физкультуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»

4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол (Приказ № 114 от 10.04.2013 г.).

5. Устав МБУ ДО «Большеулуйская ДЮСШ».

Основная цель реализации данной программы физическое воспитание детей и организация работы по подготовке спортивного резерва для сборных команд Красноярского края по баскетболу различных возрастных групп.

Основными задачами реализации Программы являются:

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

– формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

– формирование навыков адаптации к жизни в обществе и профессиональной ориентации;

– выявление детей проявивших способности в данном виде спорта.

Планируемые результаты.

На этапе начальной подготовки:

– формирование устойчивого интереса к занятиям спортом

– формирование широкого круга двигательных умений и навыков

– освоение основ техники по виду спорта баскетбол

– всестороннее гармоничное развитие физических качеств

– укрепление здоровья спортсменов

– отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта баскетбол.

На тренировочном этапе (спортивной специализации)

– повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки

– приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта баскетбол

– формирование спортивной мотивации

– укрепление здоровья спортсменов

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

– повышение функциональных возможностей организма спортсменов;

– совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;

стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на официальных соревнованиях;

– поддержание высокого уровня спортивной мотивации;

– сохранение здоровья спортсменов.

Объём, формы обучения, возраст обучающихся, срок освоения, режим занятий.

Нормативный срок реализации программы – 9 лет. Программой предусмотрена организация образовательного процесса на этапе начальной подготовки 3 года, на тренировочном этапе - 5 лет, на этапе совершенствования спортивного мастерства – без ограничений.

Форма обучения – очная.

Формы организации образовательной деятельности: групповые занятия, индивидуальные занятия, деятельность в команде, могут предусматривать лекции, практические занятия, мастер-классы, различные игры, выполнение самостоятельной работы, соревнования и другие виды учебных, тренировочных занятий.

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам и периодам подготовки:

- этап начальной подготовки – до 3 лет;
- тренировочный этап (период базовой подготовки) – до 2 лет;
- тренировочный этап (период спортивной специализации) – до 3 лет;
- этап совершенствования спортивного мастерства – без ограничений.

Минимальный возраст детей, допускаемых к освоению Программы:

- этап начальной подготовки – 9 лет;
- тренировочный этап - 12 лет;
- совершенствование спортивного мастерства – 14 лет.

Продолжительность учебного года – 46 недель.

Режим и объем учебно-тренировочной работы.

Разделы подготовки	Этапы подготовки, год обучения								
	Начальной подготовки			Тренировочный (спортивной специализации)					Совершенствования спортивного мастерства
Год обучения	1-й	2-й	3-й	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	1-й
Количество часов неделю	6	8	8	10	12	14	16	18	20
Количество часов в год	276	368	368	460	552	644	736	828	920

Продолжительность одного занятия не должна превышать:

- в группах начальной подготовки первого года обучения 2-х академических часов;
- в группах начальной подготовки свыше года и в учебно-тренировочных группах 3-х академических часов;
- в группах совершенствования спортивного мастерства 4-х часов.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут с перерывом между занятиями 10 минут.