Анотация

на дополнительную предпрофессиональную программу по прыжкам на батуте, разработанную тренером-преподавателем МБУ ДО «ДЮСШ №1»

Долгушиным Игорем Михайловичем.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спота прыжки на батуте, утвержденной приказом Минспорта России от 30.08.2013г. № 694 и предназначена для стандартизации тренировочно-соревновательной деятельности лиц, проходящих предпрофессиональную подготовку.

Срок реализации программы 10 лет.

Программа разработана с учетом местных условий, состоянием материальной базы. В программе учтены возрастные, гендерные и индивидуальные особенности обучающихся. Содержание данной программы направлено на освоение как теоретических, так и практических разделов, самостоятельных занятий, контроля знаний, умений и навыков.

Структура программы соответствует требованиям ФССП по предпрофессиональной подготовки в прыжках на батуте и состоит из пояснительной записки, нормативной и методической части, системы контроля и зачетных требований проведения промежуточной и итоговой аттестации, перечня информационного обеспечения.

Прыжки на батуте - олимпийский вид спорта, состоящий из индивидуальных и командных соревнований, требующих физическую, техническую и хореографическую подготовку.

В программе отражен минимальный возраст обучающихся, режим тренировочной работы. Нормативные требования соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования детей и федеральному стандарту спортивной подготовки по прыжкам на батуте.

Содержание программы изложено методически грамотно в логической последовательности. Представлены рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок, годовое распределение программного материала для практических занятий по этапам подготовки в часах (ОФП, СФП, техническая, практическая и интегральная подготовка), организация проведения врачебно-педагогического, психологического контроля.

Представленные программы тестирования общей физической подготовки, рекомендуемые двигательные задания для контроля специальной подготовленности, позволят тренерам-преподавателям, работающим в этом виде спорта, грамотно спланировать учебно-тренировочный процесс в системе дополнительного образования.