

# МБУ ДО ДЮСШ

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ОБУЧЕНИЯ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ПО УШУ

Рабочая программа разработана на основе дополнительной *предпрофессиональной* программы и составлена в соответствии:

- с требованиями Федерального Закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г;
- приказа Министерства спорта России «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" от 15.11.2018 г. № 939;
- приказа Министерства спорта России «О внесении изменений в Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 731 от 07.03.2019 г. № 187.

В настоящей Программе отражены основные цели, задачи, средства и методы на этапах годового цикла тренировки и построение тренировочного процесса на уровнях сложности: базовом и углубленном; распределение объемов тренировочных нагрузок в микро-, мезо- и макроциклах; участие в спортивных соревнованиях.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** - формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры; укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания потребности для занятия ушу.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса на различных уровнях сложности и годах обучения (в течение всего срока реализации программы до 8 лет). Программный материал объединен и предполагает решение следующих основных задач:

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

формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;

удовлетворение потребностей в двигательной активности;

подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего

профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;

отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;

подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Система дополнительной предпрофессиональной образовательной программы по ушу представляет собой организацию и проведение, физкультурно-спортивной и тренировочной деятельности обучающихся, по общей физической подготовке, специализированной подготовке, связанных с участием в соревнованиях и проведением тренировочных сборов.

В рабочей программе определен объем учебной нагрузки и ее распределение, а так же содержание форм работы в соответствии с дополнительной предпрофессиональной программой по ушу.

Результатом реализации рабочей программы являются:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по избранному виду спорта, наличие опыта выступления на официальных спортивных соревнованиях по избранному виду спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья; отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий избранным видом спорта.

Рабочая программа разработана в соответствии нормативным требованиям и рекомендованы для реализации дополнительных предпрофессиональных программ по ушу .