Аннотация к рабочим дополнительным предпрофессиональным программам по настольному теннису

Рабочие дополнительные предпрофессиональные программы по настольному теннису (далее – Программы) учитывают нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность спортивных учреждений, основополагающие принципы спортивной подготовки теннисистов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

Основной целью Программ является: многолетняя подготовка спортсменов, воспитание спортсменов высокой квалификации, профессиональное самоопределение учащихся.

Задачи:

- формирование знания в области раздела физической культуры и спорта;
- овладение всеми основными техническими приемами на уровне умений и навыков;
- овладение тактическими действиями;
- подготовка спортсменов высокой квалификации;
- накопление соревновательного опыта в различного ранга соревнований;
- подготовка инструкторов и судей по настольному теннису.
- развитие физических качеств;
- воспитание смелых, волевых, настойчивых, инициативных, трудолюбивых и дисциплинированных спортсменов;
- содействие в самоопределении, социальной адаптации;
- формирование духовно-нравственных качеств личности.

Важным условием выполнения поставленных задач является систематическое проведение практических и теоретических занятий, контрольных упражнений, восстановительных мероприятий, регулярное участие в соревнованиях.

Программы направлены на:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития 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;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

В Программах 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.

Содержание Программ учитывает особенности подготовки учащихся по настольному теннису, в том числе:

- большой объем разносторонней физической подготовки в общем объеме тренировочной деятельности;
- постепенное увеличение интенсивности тренировочной деятельности и постепенное достижение высоких общих объемов тренировочных нагрузок;
- необходимой продолжительностью индивидуальной соревновательной подготовки, характерной для избранного вида спорта;
- повышение специальной скоростно-силовой подготовленности за счет широкого использования различных тренировочных средств;
- перспективность спортсмена выявляется на основе наличия комплексов специальных физических качеств.

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

- этап начальной подготовки – 2 года;
- тренировочный этап (период начальной специализации) – 2 года;
- тренировочный этап (период углубленной специализации) – 3 года;
- этап совершенствования спортивного мастерства – 2 года.

Возраст детей, участвующих в реализации программ – 7-17 лет.

Основными формами тренировочной деятельности в Учреждении являются:

- тренировочные занятия с группой;
- индивидуальные тренировочные занятия;
- тренировочные сборы;
- самостоятельная работа учащихся;
- занятия по индивидуальным планам спортивной подготовки;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование, промежуточная и итоговая аттестация учащихся.

Программы содержат следующие предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая подготовка, избранный вид спорта (технико-тактическая подготовка, психологическая подготовка, судейская и инструкторская практика, восстановительные мероприятия и медицинское обследование, участие в соревнованиях, итоговая и промежуточная аттестация), развитие творческого мышления (игровая и соревновательная подготовки), самостоятельная работа.

Продолжительность учебного года 52 недели.

Непрерывность освоения учащимися Программ в каникулярный период обеспечивается организацией деятельности в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях; участием учащихся в

тренировочных сборах, проводимых образовательными организациями и иными физкультурно-спортивными организациями; организацией самостоятельной работы учащихся по индивидуальным планам подготовки.

Прием на обучение по Программам на этап начальной подготовки и тренировочный осуществляется на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей Программы способности в области физической культуры и спорта. Порядок и сроки проведения отбора устанавливаются Учреждением самостоятельно.

Перевод учащихся на этап (период) реализации Программы осуществляется на основании результатов промежуточной аттестации.

Устанавливаются следующие формы промежуточной аттестации:

- теория и методика физической культуры и спорта – зачет;
- общая и специальная физическая подготовка - сдача контрольно-переводных нормативов;
- избранный вид спорта – выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта;
- технико-тактическая и психологическая подготовка - динамика личностных достижений учащихся на соревнованиях различного уровня.

Освоение Программы на тренировочном этапе 5 года обучения завершается итоговой аттестацией.

Устанавливаются следующие формы итоговой аттестации:

- теория и методика физической культуры и спорта – зачет;
- общая и специальная физическая подготовка - сдача нормативов;
- избранный вид спорта – выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта;
- технико-тактическая и психологическая подготовка - динамика личностных достижений учащихся на соревнованиях различного уровня.