**Аннотация к дополнительной образовательной**

**предпрофессиональной программе по прыжкам на двойном минитрампе.**

Предпрофессиональная программа ***«Быстрее, выше, сильнее!»***

составлена с учётом Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта, и на основе имеющихся нормативных документов, регламентирующих работу спортивной школы.

Построена на основополагающих педагогических принципах: наглядности, доступности, постепенности, последовательности, систематичности, регламентирует процесс подготовки прыгунов к достижению высоких результатов, рассчитана на 10 лет для детей 6-17 летнего возраста. Учебный план рассчитан на 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы.

Организация отбора и зачисления поступающих на обучение по данной программе осуществляется приёмной комиссией. Группы формируются согласно показанным результатам при приёме.

В летнее время юные спортсмены продолжают тренировочный процесс в спортивно-оздоровительном лагере дневного пребывания при МКУ ДО ДЮСШ «Юный олимпиец» или по индивидуальным планам на период их активного отдыха.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки, предусматривающий два уровня сложности обучения (базовый и углублённый):

**Базовый уровень сложности** -1-й,2-й,3-й года обучения (срок обучения – 3 года);

-4-й,5-й,6-й года обучения (срок обучения -3 года),

**Углубленный уровень сложности** - 7-й,8-й, 9-й, 10-й года обучения (срок обучения – 4 года.

**Наполняемость групп и режим учебно-тренировочной работы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап подготовки | Уровень сложности | Минимальная наполняемост ь группы (человек) | Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах | Требования по физической и специальной подготовке на начало учебного года |
| 1-й год обучения | Базовый уровень сложности | 15 | 6 | Выполнение нормативов по ОФП |
| 2-й год обучения | 15 | 6 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП |
| 3-й год обучения | 14 | 8 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП |
| 4-й год обучения | 12 | 10 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП, выполнение разрядных нормативов |
| 5-й год обучения | 12 | 10 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП, выполнение разрядных нормативов |
| 6-й год обучения | 12 | 12 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП, выполнение разрядных нормативов |
| 7-й  8-й год обучения | Углублённый уровень сложности | 10  8 | 12 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП, выполнение разрядных нормативов |
| 9-й  10-й год обучения | Углублённый уровень сложности | 4  4 | 14  14 | Выполнение нормативов по ОФП и СФП, выполнение разрядных нормативов |

**Продолжительность годов обучения, минимальный возраст для**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап  подготовки | Год  обучения | Возраст  (лет) | Минимальное количество учащихся в группе | Количество часов в неделю | Годовая учебно-тренировочная нагрузка на 46 недель, ч. |
| Базовый уровень | 1 2 | 6-7  7-8 | 15  15 | 6 6 | 276 |
| Базовый уровень | 3 | 8-9 | 15 | 8 | 368 |
| 4  5 | 9-10  10-11 | 14  14 | 10  10 | 460 |
| Базовый уровень | 6 | 11-12 | 12 | 12 | 552 |
| Углублённый уровень | 1  2 | 12-13  13-14 | 10  8 | 12  12 |
| Углублённый уровень | 3  4 | 15-16  16-17 | 4  4 | 14  14 | 644 |

Возраст обучающихся определяется годом рождения и является минимальным для зачисления в учебные группы.

Учебный план рассчитан на 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы. Приём в спортивную школу осуществляется по письменному заявлению родителей (лиц их замещающих) детей с 6 летнего возраста, не имеющих медицинских противопоказаний по результатам индивидуального отбора. Организация отбора и зачисления поступающих в спортивную школу осуществляется приёмной комиссией.

Программа охватывает комплекс основных параметров подготовки юных спортсменов в процессе многолетней тренировки. Предусматривается последовательность и непрерывность процесса становления спортивного мастерства прыгунов, преемственность в решении задач обучения прыжкам на батуте или ДМТ и укрепления здоровья юных спортсменов, гармоничного воспитания личности и интереса к занятиям спортом, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов и подготовки к будущей трудовой деятельности.

В программе в общих аспектах раскрывается содержание учебно-тренировочной и воспитательной работы, приводятся примерные планы распределения учебного материала по группам и разделам подготовки, основной учебный материал, система контрольных нормативов и тестирования по теоретической части программы, требования для перевода занимающихся в группы более высокой квалификации.

Обязательным структурным компонентом программы является медицинский контроль и восстановительные мероприятия, воспитательная и профориентационная подготовка.

**Основным результатом освоения данной программы** для перевода на следующую ступень является выполнение разрядных и контрольных нормативов: Для групп базового уровня 1-й,2-й,3-й года обучения выполнение контрольных нормативов по ОФП и СТП, а также возможно выполнение упражнений по разрядам. Для групп базового уровня 4-й,5-й,6-й года и углублённого уровня сложности выступление спортсменов согласно нормативным требованиям по разрядам.