**ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Обучение в МБУ ДО ДЮСШ Песчанокопского района осуществляется по дополнительным общеобразовательным программам физкультурно-спортивной направленности.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно – тренировочные и теоретические занятия;

- медико-восстановительные мероприятия;

- тестирование и медицинский контроль;

- участие в соревнованиях;

- инструкторская и судейская практика учащихся.

Расписание учебно-тренировочных занятий (тренировок) составляется администрацией ДЮСШ по представлению тренера-преподавателя в целях более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучение в общеобразовательных и других учреждениях.

Начало учебного года – 1 сентября. Окончание учебного года– 31 августа, согласно утвержденному календарному плану спортивно-массовых и организационно – методических мероприятий. Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение календарного года. Начало и окончание учебного года зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований, периодизации спортивной подготовки и устанавливается администрацией для каждого спорта индивидуально.

На протяжении всего периода обучения, в спортивной школе обучающиеся проходят несколько возрастных этапов, на каждом из которых предусматривается решение определенных задач.

Общая направленность многолетней подготовки юных спортсменов от этапа к этапу следующая:

- постепенный переход от обучения элементарным приемам и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;

- переход от общеподготовительных средств к наиболее специа­лизированным;

- увеличение собственно соревновательных упражнений в процес­се подготовки;

- увеличение объема тренировочных нагрузок;

- повышение интенсивности занятий и, следовательно, использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья юных спортсменов.

Задачи спортивно-оздоровительного этапа:

- Привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям спортом.

- Утверждение здорового образа жизни.

- Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.

- Овладение основами спортивной дисциплины.

Задачи базового этапа начальной подготовки:

- Отбор способных к занятиям спортом детей.

- Формирование стойкого интереса к занятиям.

- Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.

- Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками спортивной дисциплины.

- Обучение основным приемам техники и тактическим действиям.

- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами избранного вида спорта.

Задачи углубленного уровня обучения:

- Повышение общей физической подготовленности (особенно гибкости, ловкости, скоростно-силовых способностей).

- Совершенствование специальной физической подготовленности.

- Овладение всеми приемами техники на уровне умений и навыков.

- Овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями.

- Индивидуализация подготовки.

- Начальная специализация. Определение игрового амплуа (для командно-игровых видов спорта).

- Овладение основами тактических действий.

- Воспитание навыков соревновательной деятельности по виду спорта.

- Приобретение навыков инструкторско-судейской практики.

Весь период подготовки на базовом уровне обучения можно разделить еще на два по некоторой общности задач.

Задачи начальной специализации (1-3-й годыобучения)

- Воспитание физических качеств: быстроты, гибкости, ловкости и специальной тренировочной выносливости.

- Обучение приемам («школа» техники), совершенствование их в тактических действиях.

- Обучение тактическим действиям (в основном индивидуальным и групповым) и совершенствование их. Выполнение различных функций во взаимодействиях.

- Приобщение к соревновательной деятельности. Участие в первенстве района, области.

Задачи углубленной специализации (3-6-й годы обучения)

- Воспитание физических качеств: силы, быстроты, специальной тренировочной и соревновательной выносливости.

- Обучение приемам, совершенствование их и ранее изученных в условиях, близких к соревновательным. Обучение индивидуальным и групповым действиям, совершенствование их и ранее изученных в различных комбинациях и системах.

- Воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях (настраиваться, регулировать эмоциональное состояние, во время соревнований независимо от их исхода, проводить комплекс восстановительных мероприятий).

ДЛЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА

- Обучение индивидуальным и групповым действиям, совершенствование их и ранее изученных в различных комбинациях и системах нападения и защиты.

- Специализация по амплуа. Совершенствование приемов игры и тактических действий с учетом индивидуальных особенностей и игрового амплуа.