

Пояснительная записка

Учебный план муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Дворец спорта для детей и юношества» (МАУ ДО «Дворец спорта») является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении.

Учебный план МАУ ДО «Дворец спорта» составлен в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 г. №170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта;
- Устав МАУ ДО «Дворец спорта»;
- Положение об учебном плане.

Учебный план МАУ ДО «Дворец спорта» отражает основные цели и задачи, стоящие перед учреждением:

- 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;

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.

Учебный год в МАУ ДО «Дворец спорта» начинается 01 сентября.

В 2024-2025 учебном году в МАУ ДО «Дворец спорта» реализуется 19 программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности

№ п/п	Название программы	Уровень программ ы	Продолжительность
1.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Адаптивная физкультура	базовый	1 год (144 ч.)
2.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Бокс	базовый	1 год (216 ч.)
3.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Веселая физкультура	базовый	1 год (216 ч.)
4.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Всеобуч по плаванию	базовый	1 год (36 ч.)
5.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Волейбол	базовый	1 год (216 ч.)
6.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Греко-римская борьба	базовый	1 год (216 ч.)
8.	Программа дополнительного образования физкультурно- спортивной направленности по виду спорта Корригирующая гимнастика	базовый	1 год (216 ч.)
9.	Программа дополнительного образования физкультурно- спортивной направленности по виду спорта Общая физическая подготовка	базовый	1 год (216 ч.)

10.	Программа дополнительного образования физкультурно- спортивной направленности по виду спорта Пауэрлифтинг	базовый	1 год (216 ч.)
11.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Плавание	базовый	1 год (216 ч.)
12.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Ритмика	базовый	1 год (216 ч.)
13.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Рукопашный бой	базовый	1 год (216 ч.)
14.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Спортивная гимнастика	базовый	1 год (216 ч.)
15.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Спортивные танцы	базовый	1 год (216 ч.)
16.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Спортивный комментатор	базовый	1 год (216 ч.)
17.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Стрелковый спорт	базовый	1 год (216 ч.)
18.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Теннис	базовый	1 год (216 ч.)
19.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Шахматы	базовый	1 год (216 ч.)

Занятия в группах проводятся по учебному плану, рассчитанному на 36 недель в год для реализации предметных областей в рамках проведения теоретических и практических занятий, тренировочных и спортивных мероприятий и 6 недель самостоятельная работа учащихся на период их активного отдыха, в том числе с применением дистанционных технологий, на основании распоряжения учредителя.

Учебно-тренировочные занятия с обучающимися:

- в возрасте до 16 лет проводятся с 9.00 часов до 20.00 часов.
- в возрасте от 16 лет проводятся с 9.00 часов до 21.00 часа.

Деятельность Дворца спорта осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

Продолжительность одного занятия в день при обучении по общеразвивающим программам - не более 2-х академических часов.

Один академический час равен 45 минутам.

Основными формами работы во Дворце спорта являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- инструкторская и судейская практика;
- промежуточная и итоговая аттестация.

Расписание занятий составляется по представлению педагога дополнительного образования и утверждается директором.

Учебная нагрузка

Максим. кол-во занятий в неделю	Максим. кол-во занятий в год	Максим. количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год
3	108	6	216

Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа, устный опрос
2.	Теоретическая подготовка	6	6	-	Беседа, устный опрос
3.	Общая физическая подготовка	95	-	95	Выполнение нормативов
4.	Специальная физическая подготовка	50	-	50	Выполнение нормативов
5.	Техническая, технико-тактическая, хореографическая подготовка.	29	4	25	Выполнение нормативов
6.	Другие виды спорта и подвижные игры	13	-	13	Выполнение практического задания, тестирование
7.	Физкультурные и спортивные мероприятия	8	-	8	Участие в соревнованиях
8.	Самостоятельная работа	8	-	8	
9.	Контрольные занятия	6	-	6	Выполнение нормативов
Итого:		216	11	205	

Реализация программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности

№ п/п	Название программы	Этапы программы
1.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Адаптивная физкультура	СО
2.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Бокс	СО, НП, УТ
3.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Веселая физкультура	СО
4.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Всеобуч по плаванию	СО
5.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Волейбол	СО, НП, УТ
6.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Греко-римская борьба	СО, НП, УТ
7.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Корригирующая гимнастика	СО, НП, УТ
8.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Общая физическая подготовка	СО, НП
9.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Пауэрлифтинг	СО, НП, УТ
10.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Плавание	СО, НП, УТ
11.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Ритмика	СО
12.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Рукопашный бой	СО, НП, УТ
13.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Спортивная гимнастика	СО, НП, УТ
14.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Спортивные танцы	СО, НП, УТ
15.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Спортивный комментатор	СО
16.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Стрелковый спорт	СО, НП, УТ
17.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Теннис	СО, НП, УТ
18.	Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Шахматы	СО, НП, УТ

Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности рассчитана на 36 недель в год.

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (Приложение №1) (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более шести часов. В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия спортивных соревнований.

Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам спортивной подготовки;
- тренировочные мероприятия;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Характеристика программ

1. Адаптивная физкультура

Цель: укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и коррекция отклонений в физическом развитии детей с НОДА средствами физической культуры.

Задачи:

Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков, которые ребенок с НОДА не может освоить самостоятельно из-за патологических изменений двигательной сферы;
- повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;
- повышение функционального уровня органов и систем, ослабленных болезнью;
- профилактика заболеваний и коррекция нарушений физического развития, укрепление общего состояния организма;
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

Метапредметные:

- развитие потребности в здоровом образе жизни и осознанном отношении к своим силам, преодолению необходимых физических нагрузок для полноценного функционирования организма;
- развитие внимания, памяти, моторики, улучшение пространственной ориентации;
- формирование правильной осанки, профилактика и коррекция нарушений.

Личностные:

- сформировать морально-волевые качества: целеустремленность, волю, дисциплинированность, исполнительность;
- способствовать социальной адаптации к различным условиям жизнедеятельности;
- привить ценностное отношение к своему здоровью.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Адаптивная физкультура»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	3	7-16	7-8
Группа начальной подготовки	-	-	-
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Адаптивная физкультура»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	4	-	-
Общее количество часов в год	144	-	-

2. Бокс

Цель: осуществление физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы среди детей, направленной на укрепление их здоровья и всестороннее физическое и личностное развитие, привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка детей к освоению предпрофессиональной программы.

Задачи:

Предметные:

- Изучить основы техники и тактики бокса, ведения боя во всех дистанциях (особое внимание уделять формированию правильной техники);
- Познакомить учащихся с некоторыми теоретическими сведениями по боксу; сформировать начальный опыт участия в соревнованиях коллектива спортсменов

Личностные:

- Воспитать у учащихся активную гражданскую позицию;
- Привить занимающимся навыки спортивной этики, дисциплины, любви и преданности своему коллективу и к избранному виду спорта

Метапредметные:

- Развить познавательные, творческие и двигательные способности детей и подростков, развить качества, необходимые боксеру,
 - быстроту, силу, выносливость, ловкость;
- военно-патриотического воспитания;
- обеспечить всестороннюю физическую подготовку и сдачу ими норм комплекса ОФП; постоянное совершенствование технической и тактической подготовки занимающихся на основе их высокой общей и целенаправленной специальной физической подготовки
- укрепить здоровье учащихся за счёт повышения их двигательной активности.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Бокс»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	3	7-9	15
Группа начальной подготовки	3	10-12	15
Группа учебно-тренировочная	3	13-17	15

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Бокс»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

3. Веселая физкультура

Цель: Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей старшего дошкольного возраста, создание условий для удовлетворения их естественной потребности в движении, повышение интереса к физкультурным занятиям и здоровому образу жизни.

Задачи:

Личностные:

- воспитывать сознательную дисциплину, волю;
- формировать познавательный интерес и желание заниматься спортом и радоваться своим достижениям.

Образовательные:

- обучить освоению техники ритмической гимнастики;
- формировать двигательные навыки и совершенствовать физические качества -ловкости, силу, гибкость, быстроту реакции, ориентировки в пространстве, вестибулярного аппарата;
- обучить детей владеть своим телом.

Метапредметные:

- сохранить и укрепить здоровье;
- формировать правильную осанку;
- профилактика плоскостопия;
- укрепить мышцы дыхательной системы;
- снять психологическую напряженность;
- удовлетворение естественной потребности ребенка в разных формах двигательной активности;
- снизить количество дней, пропущенных одним ребенком по болезни.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Веселая физкультура»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	4-7	12-30
Группа начальной подготовки	-	-	-
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Веселая физкультура»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	До 6*	-	-
Общее количество часов в год	216	-	-

* в группах спортивно-оздоровительного этапа с целью большего охвата занимающихся, максимальный объем тренировочной нагрузки на группу в неделю может быть снижен, но не более чем на 10% от годового объема и не более чем на 2 часа в неделю с возможностью увеличения в каникулярный период, но не более чем на 25% от годового тренировочного объема.

4. Всеобуч по плаванию

Цель:

Обучение плаванию как базовому жизненно необходимому навыку, формирование у обучающихся общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового и безопасного образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств плавания.

Задачи:

Личностные:

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях при занятии плаванием.
- воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития плавания;

Предметные:

- знания о значении плавания как средства повышения функциональных возможностей основных систем организма и укрепления здоровья человека; знания о роли плавания в направлениях: физическая культура, спорт, здоровье, безопасность, укрепление международных связей; достижениях выдающихся отечественных пловцов, их вкладе в развитие плавания;
- умение характеризовать виды плавания (спортивное плавание,) и стили плавания (брасс, кроль на груди и кроль на спине; баттерфляй (дельфин);
- знание дистанций и программ соревнований, состава судейской коллегии, функций судей; применение терминологии и правил проведения соревнований по плаванию в учебной, соревновательной и досуговой деятельности;

Метапредметные:

- умение соотносить двигательные действия с планируемыми результатами в плавании, определять и корректировать способы действий в рамках предложенных условий;
- владение основами самоконтроля, самооценки; выявление, анализ и нахождение способов устранения ошибок при выполнении технических приёмов и способов плавания;
- умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Всеобуч по плаванию»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	8-9	15-30
Группа начальной подготовки	-	-	-
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Всеобуч по плаванию»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	1	-	-
Общее количество часов в год	36	-	-

5. Волейбол

Цель: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся через занятия волейболом.

Задачи:

Личностные:

- формировать ценностное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;
- способствовать укреплению физического и психического здоровья;
- воспитывать морально-волевые и нравственные качества: целеустремленность, самообладание, ответственность, патриотизм.

Метапредметные:

- развивать навыки социального поведения;
- развивать навыки планирования, организации своей деятельности в соответствии с поставленной целью;
- развивать навыки определения наиболее эффективных путей и способов достижения результата.

Предметные:

- сформировать теоретические знания в области волейбола: история, правила, основы техники безопасности;
- сформировать базовые технические и тактические навыки игры в волейбол;
- развивать двигательные умения и навыки.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	11-13	10-20
Группа начальной подготовки	1	14-17	10-20
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Волейбол»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	-
Общее количество часов в год	216	216	-

6. Греко-римская борьба

Цель: Создание условий для физического и нравственного развития личности обучающихся средствами изучения техники и тактики греко-римской борьбы.

Задачи:

Предметные:

- Формировать знания, умения и навыки владения техникой и тактикой греко- римской борьбы;
- Формировать теоретические знания правил проведения соревнований в соответствующей весовой и возрастной группе и умения применить их на практике;
- Сформировать знания о здоровом образе жизни и укреплении здоровья.

Метапредметные:

- Развивать устойчивый и глубокий интерес к занятиям греко-римской борьбы посредством формирования системы специальных знаний, умений навыков;
- Развивать мышечную систему обучающихся, укрепить физическую форму и усовершенствовать опорно-двигательную систему обучающихся.
- Развивать интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Личностные:

- Воспитывать трудолюбие, добросовестное отношение к своим обязанностям, дисциплинированность;
- Воспитывать приоритетное отношение к здоровому образу жизни, стремление к активному и содержательному проведению свободного времени;
- Воспитывать чувство коллективизма и патриотизма.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Греко-римская борьба»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	-	-	-
Группа начальной подготовки	3	8-11	8-12
Группа учебно-тренировочная	2	12-17	8-12

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Греко-римская борьба»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	-	6	9
Общее количество часов в год	-	216	324

7. Корригирующая гимнастика

Цель: Ведущая цель занятий - всеми формами, методами, средствами обучения готовить ребенка к здоровому образу жизни; способствовать исправлению имеющихся нарушений позвоночника.

Задачи:

Личностные:

- формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни;

Метапредметные:

- улучшение психоэмоционального состояния, снятие психологической напряженности и создание оптимистического настроения и высокой мотивации к выздоровлению;

- овладение правилами безопасного поведения в воде;

- выработка привычек здорового образа жизни;

- воспитание воли, сознательной дисциплины, организованности, трудолюбия, честности, доброжелательности.

Образовательные:

- ознакомление и овладение техническими приемами сопутствующих видов спорта, коррекционной гимнастикой, плаванием, привитие жизненно важных и оздоровительно-гигиенических навыков;

- разгрузка позвоночника - создание благоприятных физиологических условий для роста тел позвонков и восстановление правильного положения тела;

- укрепление мышечного корсета, формирование правильной осанки, исправление нарушений осанки, развитие силовой выносливости мышц;

- коррекция плоскостопия, коррекционно-реабилитационное развитие двигательной активности.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Корригирующая гимнастика»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	3	7-10	10-20
Группа начальной подготовки	3	11-14	10-20
Группа учебно-тренировочная	3	15-17	10-20

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Корригирующая гимнастика»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

8. Общая физическая подготовка

Цель: увеличение двигательной активности детей дошкольного возраста, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни.

Задачи:

Личностные:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств
- содействие становлению и развитию потребности в отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности;

Метапредметные:

- развитие физических качеств (выносливость, быстрота, скорость);
- освоение универсальных учебных действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные);
- умение оценивать и контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;

Образовательные:

- обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.);
- освоение правильных знаний, умений и навыков, необходимых для организованных и самостоятельных занятий по ОФП;
- формировать знания об основах физкультурной деятельности.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Общая физическая подготовка»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	3	6-14	10-20
Группа начальной подготовки	-	-	-
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Общая физическая подготовка»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	-	-
Общее количество часов в год	216	-	-

9. Пауэрлифтинг

Цель: формирование физически развитой личности, обладающей высокими силовыми возможностями.

Задачи:

Личностные:

- сформировать потребности ведения здорового образа жизни у обучающихся;
- способствовать проявлению лидерских качеств;
- воспитать способность к преодолению трудностей, трудолюбие и дисциплинированность;
- воспитать у обучающихся чувств ответственности, поддержки и взаимопомощи.

Метапредметные:

- развить высокие моральные и волевые качества;
- развить физические данные обучающихся (координации, гибкости, силы, быстроты, реакции, общей и специальной физической выносливости);
- повысить функциональные возможности организма обучающихся;
- укрепить здоровья обучающихся.

Предметные:

- обучить основам пауэрлифтинга (приседания, жим лежа, тяга);
- обучить соблюдению общей и частной гигиены и осуществлению самоконтроля;
- обучить инструкторским и судейским правилам.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Пауэрлифтинг»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	2	10-12	15
Группа начальной подготовки	2	13-14	15
Группа учебно-тренировочная	2	15-17	15

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Пауэрлифтинг»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

10. Плавание

Цель: развитие физических и морально-волевых качеств личности в процессе овладения основами физической подготовки и техникой на занятиях плаванием, подготовка всесторонне развитых юных спортсменов в условиях дополнительного образования через вовлечение детей в занятие плаванием, в систематические занятия физическими упражнениями.

Задачи:

Личностные:

- формировать общественную активность личности, гражданскую позицию, культуру общения и поведения в социуме;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- ознакомить с ролью и задачами плавания в воспитании и всестороннем развитии;
- научить детей технике четырёх спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй, а так же стартов и поворотов;

Метапредметные

- способствовать развитию мотивации к плаванию
- формировать потребность в саморазвитии, самостоятельности;
- способствовать формированию у учащихся осмысленного понимания необходимости выстраивания собственного здорового образа жизни, посредством занятий плаванием.
- воспитывать морально-этические и волевые качества (активность, настойчивость, самостоятельность), спортивные черты характера.
- воспитывать сознательное отношение к учебно-тренировочному процессу;
- воспитывать коммуникативные качества;
- вовлечь учащихся в активную общественную жизнь;
- вырабатывать навыки самоконтроля и самооценки.

Образовательные:

- развить интерес к занятиям спортом и выявить задатки и способности детей к занятиям плаванием;
- развить умения и сформировать навык проплывать дистанцию, выполнять старты и повороты;
- развивать активность у учащихся;
- формировать прикладные навыки;
- развивать физические качества: выносливость, быстроту, скорость, силовые и координационные возможности.

Стартовый уровень освоения образовательной программы реализуется в течение первого, и второго года обучения.

Цель: развитие физических и морально-волевых качеств личности в процессе овладения основами физической подготовки на занятиях плаванием.

Задачи:

- познакомить с правилами здорового образа жизни и формировать у учащихся мотивацию к ведению здорового образа жизни;
- познакомить с историей плавания;
- познакомить с техникой безопасности на занятиях по плаванию;
- развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми на воде, различными формами активного отдыха и досуга;
- познакомить с терминологией плавания;
- развивать координацию, гибкость, общую физическую выносливость учащихся;
- способствовать развитию уверенности в себе и самостоятельности учащихся.
- Познакомить с простейшими техническими элементами в плавании.

Базовый уровень освоения программы «Плавание» соответствует третьему-четвертому году обучения.

Цель: развитие специальных физических и морально-волевых качеств личности в процессе овладения техникой плавания на занятиях.

Задачи:

- привить навыки техники безопасности на занятиях по плаванию;
- воспитывать волевые качества – дисциплинированность, целеустремленность, настойчивость и упорство, выдержку и самообладание, инициативу и самостоятельность;

- воспитывать моральные качества – трудолюбие, честность, скромность, чувство собственного достоинства, товарищество, взаимное уважение;
- закрепить технику плавания;
- развивать специальные физические качества учащихся, необходимые в плавании;
- готовить учащихся к соревновательной деятельности по плаванию.

Продвинутый уровень соответствует пятому-шестому году реализации образовательной программы.

Цель: спортивное совершенствование и достижение спортивных результатов в плавании.

Задачи:

- научить основам планирования спортивной тренировки;
- совершенствовать специальную физическую подготовку;
- совершенствовать технико-тактические действия в плавании;
- воспитывать морально-волевые качества учащихся;
- реализовать индивидуальные возможности спортсменов в соревновательной деятельности.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Плавание»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	3	8-10	10-15
Группа начальной подготовки	3	11-13	10-15
Группа учебно-тренировочная	3	14-17	10-15

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Плавание»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

11. Ритмика

Цель: активация музыкального восприятия через движение тем самым побуждение интереса к качественному и осознанному движению.

Задачи: Предметные:

- развитие музыкально-ритмических навыков;
- воспитание эмоциональной отзывчивости на музыку;
- совершенствование качества движений, их ритмичности и скоординированности;
- выработка пластичности и выразительности, свободы, лёгкости и изящества движения;
- подведение учащихся к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, динамических и регистровых изменений, воспроизведении метроритмических особенностей через движение;
- обогащение языка движения, выработка точности и красоты его воспроизведения;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширение кругозора;
- привить детям дошкольного возраста любовь к танцу;

Личностные:

- развитие физических качеств: скорости, выносливости, ловкости;
- приучение к эмоционально-осознанному восприятию музыки с последующим расширением кругозора знаний о многообразии характера музыки;
- способствовать формированию правильных психологических установок на выполнение поставленной цели;
- воспитание мотивации к освоению навыка анализа формы произведения, расширению словарного запаса связанного с восприятием характера музыки;
- воспитание бережного отношения к телу, его возможностям и культуре его проявления через движение.

Метапредметные:

- сохранить и укрепить здоровье;
- сформировать правильную осанку;
- укрепить мышцы дыхательной системы;
- снять психологическую напряженность;
- удовлетворить естественную потребность ребенка с помощью разнообразных форм двигательной активности.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Ритмика»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	4-7	12-30
Группа начальной подготовки	-	-	-
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Ритмика»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	До 6*	-	-
Общее количество часов в год	216	-	-

* в группах спортивно-оздоровительного этапа с целью большего охвата занимающихся, максимальный объем тренировочной нагрузки на группу в неделю может быть снижен, но не более чем на 10% от годового объема и не более чем на 2 часа в неделю с возможностью увеличения в каникулярный период, но не более чем на 25% от годового тренировочного объема.

12. Рукопашный бой

Цель: формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья и разностороннее физическое и психическое развитие обучающихся через обучение борьбе.

Задачи:

Образовательные:

- овладение мастерством самозащиты без оружия и с оружием;
- расширение и углубление знаний воспитанников о видах спорта;
- создание условий для самореализации, социальной адаптации;
- формирование и совершенствование навыков выполнения общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных упражнений;
- формирование и совершенствование навыков и умений ведения учебных, учебно-тренировочных, контрольных, соревновательных и показательных поединков;
- формирование и совершенствование знаний, умений и навыков показа, анализа и объяснения элементов техники и тактики рукопашного боя;
- формирование у детей и подростков потребности в систематических занятиях спортом, негативное отношение к вредным привычкам, углубить знания по гигиене, обеспечивая многолетнее сохранение здоровья;

Метапредметные:

- развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию, как основы формирования образовательных запросов и потребностей;
- развитие у обучающихся физических качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости;
- развитие высших психических функций: самоанализа, самоконтроля, самозащиты;
- развитие умения правильно вести себя в неординарных и экстремальных ситуациях различного характера.

Личностные:

- воспитание у обучающихся:
- осознанной потребности в здоровом образе жизни и разумном досуге;
- умения адаптироваться в социальных условиях;
- милосердия, доброты и доброжелательности, способности к состраданию и сопереживанию, готовности оказать помощь, терпимость;
- социально-коммуникативных качеств: вежливости, уважения к результатам своего и чужого труда, умения устанавливать контакт с людьми разного возраста, умения разрешать конфликты.
- оказание педагогической поддержки детям и подросткам в их самопознании, самореализации и самосовершенствовании в условиях объединения по месту жительства;
- укрепление и развитие взаимодействия с семьями обучающихся;
- профилактика асоциальных проявлений в детско-подростковой среде.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Рукопашный бой»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	11-12	10-15
Группа начальной подготовки	1	13-15	10-15
Группа учебно-тренировочная	1	16-17	10-15

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Рукопашный бой»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

13. Спортивная гимнастика

Цель: Формирование физической культуры личности обучающихся посредством освоения основ содержания физической деятельности с гимнастической направленностью

Задачи:

Образовательные:

- формирование жизненно важных двигательных умений навыков (в том числе прикладных и спортивных);
- соразмерное развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, прыгучести, функции равновесия);
- сохранение технически сложного и интересного вида спорта путём подготовки спортсменов для участия в соревнованиях, показательных выступлениях и конкурсах;
- развитие эстетических качеств (музыкальности, танцевальности, выразительности и артистизма);
- вооружение специальными знаниями в области гимнастики для укрепления здоровья, прикладного использования в будущей профессиональной деятельности и в быту;
- формирование навыков самосовершенствования, самоконтроля и самопознания.

Метапредметные:

- формирование умения планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- обучение длительному сохранению правильной осанки во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;
- формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо;
- формирование умения содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- овладение сведениями о роли и значении культуры движения в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- формирование отношения к здоровью как к одному из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;
- понимание занятий гимнастикой как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения;
- формирование умения формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий гимнастикой, излагать их содержание;
- формирование умения оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- овладение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- формирование умения вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- формирование умения логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

Личностные:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- формирование эстетических, волевых, нравственных качеств: коллективизма, дисциплинированности, решительности, целеустремленности, настойчивости, смелости, упорства, выдержки, ориентировки, инициативности; формирование межличностных отношений в группе детей; привитие интереса к регулярным занятиям;

— овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о функциональных возможностях организма, способах профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях гимнастикой;

— овладение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности;

— развитие способности управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

— развитие способности принимать активное участие в организации и проведении соревнований и выступлений;

— формирование умения предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;

— формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная гимнастика»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	7-9	12-15
Группа начальной подготовки	2	10-12	12-15
Группа учебно-тренировочная	3	13-17	12-15

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Спортивная гимнастика»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

14. Спортивные танцы

Цель – создание и обеспечение необходимых условий для раскрытия физических, психических, творческих возможностей и способностей обучающихся, их личностного и мотивационного потенциалов, самореализации и позитивной социализации.

Задачи:

Предметные:

- обучение танцевальным движениям, комбинациям движений;
- привитие учащимся умения слышать и слушать музыку, передавать ее содержание в движении;
- совершенствование двигательных навыков через танцевальные движения;
- обучение элементам аэробики, степ- аэробики, черлидинга ,современного танца, соединение их в связки и комбинации, применение их в разных последовательностях.
- формировать умение согласовывать свои движения с музыкой;
- воспитывать потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями;
- укреплять опорно-двигательный аппарат (формирование правильной осанки, укрепление мышц стопы и голени);
- формировать ценностное отношение к своему здоровью.

Личностные:

- развитие природных способностей ребенка (слуха, чувства ритма, пластичности);
- активизация творческих способностей;
- развитие эмоциональности в исполнении танцевальных движений;
- развитие двигательной и музыкально – ритмической координации;
- укрепление опорно – мышечного аппарата, формирование правильной осанки.
- развивать позитивное отношение к движению, привлечение дошкольников к увлекательному миру фитнеса, музыки и здорового образа жизни.
- развивать основные двигательные качества: силу, выносливость, быстроту, гибкость, координационные способности.
- развивать чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания;
- развивать индивидуальные способности.

Метапредметные:

- знакомство с музыкальной культурой;
- обучение профессиональным навыкам спортивной направленности;
- вооружение специальными знаниями, необходимыми для спортивных танцев;
- обучение прицелам сценического поведения;
- формирование навыков самостоятельного совершенствования и применения полученных знаний и умений в практической деятельности.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Спортивные танцы»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	5-7	12-15
Группа начальной подготовки	2	8-11	10-15
Группа учебно-тренировочная	3	13-17	10-15

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Спортивные танцы»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

15. Спортивный комментатор

Цель – создание и обеспечение необходимых условий для раскрытия творческих, коммуникативных, интеллектуальных возможностей и способностей обучающихся, их личностного и мотивационного потенциалов, самореализации и позитивной социализации.

Задачи:

Предметные:

- обучение основам журналистики;
- привитие учащимся умения находить нужную информацию, передавать ее содержание;
- совершенствование грамотной речи, хорошей дикции;

Личностные:

- развитие личностных способностей ребенка (коммуникабельность, грамотность речи);
- активизация заинтересованности видами спорта;
- развитие находчивости в сложных ситуациях;
- развивать интеллектуальные способности, памяти, внимания;
- развивать индивидуальные способности.

Метапредметные:

- изучение видов спорта;
- обучение профессиональным навыкам спортивной журналистики;
- вооружение специальными знаниями, необходимых для спортивной журналистики;
- развитие чувства юмора.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Спортивный комментатор»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	-	-	-
Группа начальной подготовки	-	-	-
Группа учебно-тренировочная	1	12-17	324

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Спортивный комментатор»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	-	-	9
Общее количество часов в год	-	-	324

16. Стрелковый спорт

Цель: всестороннее физическое развитие и совершенствование двигательных и морально-волевых качеств учащихся через углубленное изучение военных и спортивных дисциплин.

Задачи:

Предметные:

Изучение:

- истории стрелкового оружия;
- теоретических основ стрельбы;
- элементарных теоретических сведений о баллистике;
- мер безопасности при стрельбе и правил обращения с оружием;
- назначения, общего устройства и принцип действия пневматической винтовки МР-512;
- правил выполнения стрельбы;
- правил соревнований по стрельбе;
- техники стрельбы из пневматической винтовки МР-512 по мишени из положения, сидя за столом и лежа с упора, стоя с руки, лежа с руки.

Умение:

- выполнять специальные действия, способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять основные элементы техники выполнения выстрела;
- выполнять стрелковые упражнения из положения стоя, лежа и сидя;
- делать самоанализ стрельбы;
- выполнять упражнения для развития гибкости, координации и точности движения, на расслабление различных групп мышц.
- Правильно почистить оружие.

Метапредметные:

- Ответственность соблюдать меры безопасности при стрельбе из оружия;
- Умение соотносить свои действия с планируемым результатом;
- Способность к объективной самооценке своих действий при стрельбе;
- Умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- Умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

Личностные:

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи;
- потребность в здоровом образе жизни;
- владение основами самоконтроля, самооценки

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Стрелковый спорт»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	-	-	-
Группа начальной подготовки	3	12-14	10-15
Группа учебно-тренировочная	3	15-17	10-15

**Объем дополнительной образовательной программы обучения
по виду спорта «Стрелковый спорт»**

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	-	6	9
Общее количество часов в год	-	216	324

17. Теннис

Цель: формирование общей культуры личности, физическое и умственное развитие через обучение основам игры в теннис.

Задачи:

Предметные:

- обучение технике и тактике большого тенниса;
- обучение технике безопасности на занятиях теннисом;
- формирование теоретических знаний основ истории и развития тенниса;
- обучение правилам соревнований по теннису;

Метапредметные:

- развитие физических способностей;
- развитие внимания, координации движений;
- развитие быстроты, ловкости, гибкости, выносливости;

Личностные:

- формирование мотивации к познанию и творчеству;
- воспитание силы воли, способности преодоления трудностей

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Теннис»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	6-10	12-15
Группа начальной подготовки	2	7-12	10-15
Группа учебно-тренировочная	2	13-17	10-15

**Объем дополнительной образовательной программы обучения
по виду спорта «Теннис»**

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	9
Общее количество часов в год	216	216	324

18. Шахматы

Цели:

- социально-педагогическая поддержка становления и развития личности как нравственного, ответственного и инициативного гражданина;
- создание условий для личностного и интеллектуального развития обучающихся;
- организация содержательного досуга посредством обучения игре в шахматы.

Задачи:

Образовательные:

- развитие познавательного интереса к изучению игры в шахматы;
- формирование универсальных способов мыслительной деятельности;
- развитие абстрактно-логического мышления, памяти, внимания, творческого воображения, умения производить логические операции;
- приобретение знаний, умений, навыков, компетенций, необходимых для участия в шахматных соревнованиях.

Личностные:

- развитие социально-психологической компетентности обучающихся, адекватного эмоционально-волевого состояния;
- формирование гражданской позиции, общественной активности личности;
- формирование культуры общения и поведения в социуме, формирование навыков здорового образа жизни.

Метапредметные:

- воспитание навыков самоконтроля, потребности в саморазвитии и самостоятельности;
- формирование у обучающихся навыков конструктивного поведения в нестандартных ситуациях;
- воспитание ответственности, активности, дисциплины и усидчивости.

Продолжительность степеней обучения, возраст лиц для зачисления и перевода на группы обучения, количество лиц, проходящих обучение в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы»

Наименование групп обучения	Срок реализации по группам обучения (год)	Возрастные границы лиц, проходящих обучение (лет)	Наполняемость (человек)
Группа спортивно-оздоровительная	1	5-6	12-15
Группа начальной подготовки	3	7-12	10-15
Группа учебно-тренировочная	-	-	-

Объем дополнительной образовательной программы обучения по виду спорта «Шахматы»

Норматив по группам	Группы и годы обучения		
	Группа спортивно-оздоровительная	Группа начальной подготовки	Группа учебно-тренировочная
Количество часов в неделю	6	6	-
Общее количество часов в год	216	216	-