

**Аннотации рабочих программ
Специализированной детско-юношеской спортивной школы
олимпийского резерва № 2**

Программа «Использование современных компьютерных технологий в шахматах»

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по шахматам допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки работы с шахматными интернет-сайтами, использования интернет-трансляций для изучения и разбора партий важнейших соревнований и повышения уровня подготовки для совершенствования игры в шахматы. Срок освоения программы 2 года.

Программа «Использование современных компьютерных технологий в шашках»

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по шашкам допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки работы с шашечными интернет- сайтами, использования интернет-трансляций для изучения и разбора партий важнейших соревнований и повышения уровня подготовки для совершенствования игры в шашки. Срок освоения программы 2 года.

Программа «Керлинг»

Данная программа рассчитана на детей с 13 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по керлингу допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки необходимым для занятия керлингом (развитие физических способностей: общая выносливость, скорость, силовые и координационные способности, умение работать в команде). На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей керлинга, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 4 года.

Программа «Начальная подготовка шахматиста»

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям шахматами допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шахматы. Игра в шахматы научит логическому и дисциплинированному мышлению, точному расчету, способствует развитию памяти, ассоциативному мышлению и чувству ответственности. На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут совершенствовать техническую и тактическую подготовку, знакомиться с историей шахмат. Срок освоения программы 1 год.

Программа по виду спорта спортивное ориентирование

Данная программа рассчитана на детей с 8 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям спортивным ориентированием допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки ориентирования на местности в различных видах – в ориентировании бегом, на лыжах, на велосипедах. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на

местности юные ориентировщики будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей спортивного ориентирования, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

Предпрофессиональная программа по виду спорта сноуборд

Данная программа рассчитана на детей с 8 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям по виду спорта сноуборд допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки катания на сноуборде в различных видах – параллельный слалом-гигант, параллельный слалом, сноуборд-кросс, хафпайп, биг-эйр, слоуп-стайл. На учебно- тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей сноуборда, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

Программа спортивной подготовки по виду спорта сноуборд

Программа спортивной подготовки по виду спорта сноуборд адресована юношам и девушкам с 13 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта сноуборд, выполнившим нормативы общей физической и специальной подготовки, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по сноуборду, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

Этап совершенствования спортивного мастерства:

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов ОФП, СФП;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

Этап высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

Предпрофессиональная программа по виду спорта спорт глухих «Сноуборд»

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям по виду спорта сноуборд допускаются учащиеся без

медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки катания на сноуборде в различных видах – параллельный слалом- гигант, параллельный слалом, сноуборд-кросс, хафпайп, биг-эйр, слоуп-стайл. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей сноуборда, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

Программа спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих «Сноуборд»

Программа спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих «Сноуборд» адресована юношам и девушкам с 18 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта спорт глухих «Сноуборд», выполнившим нормативы общей физической и специальной подготовки, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по спорту глухих «Сноуборд», участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

Этап совершенствования спортивного мастерства:

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов ОФП, СФП;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

Этап высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

Предпрофессиональная программа по виду спорта теннис

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по виду спорта теннис допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в теннис. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей тенниса, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

Предпрофессиональная программа по виду спорта спортивный туризм

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям спортивным туризмом допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки спортивного туризма в различных видах – пешеходный туризм, водный – байдарка, горный, лыжный. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей спортивного туризма, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

Программа спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм

Программа спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм адресована юношам и девушкам с 15 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта спортивный туризм, выполнившим нормативы общей физической и специальной подготовки, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по спортивному туризму, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

Этап совершенствования спортивного мастерства:

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов ОФП, СФП;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

Этап высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

Программа «Углубленный курс физической культуры для участников олимпиад»

Данная программа рассчитана на детей 9-11 классов общеобразовательных школ и направлена на развитие интереса школьников к физической культуре, теоретическую и практическую подготовку школьников Санкт-Петербурга к участию в олимпиаде по физической культуре. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки работы с информационными образовательными ресурсами интернета, работы в исследовательской деятельности, работы в команде, повысят уровень физической подготовленности. Срок освоения программы 1 год.

Программа «Черлидинг»

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по черлидингу допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки необходимым для занятия черлидингом (развитие гибкости, выносливости, силы, пластичности, координации движений, чувства ритма, музыкального слуха). На учебно-тренировочных занятиях учащиеся будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей черлидинга, совершенствовать техническую подготовку для участия в соревнованиях различного уровня и формирования навыка командной работы, укрепления здоровья. Срок освоения программы 3 года.

Программа «Шахматное искусство»

Данная программа рассчитана на детей 5-6 лет. Важные требования к учащимся - они должны уметь: рассказывать о том, что видят, считать, читать, писать. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шахматы, познакомятся с историей шахмат, научатся логическому мышлению, ассоциативному мышлению. Игра в шахматы способствует развитию памяти и концентрации внимания. Срок освоения программы 1 год.

Предпрофессиональная программа по виду спорта шахматы

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям шахматами допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шахматы. На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут совершенствовать техническую и тактическую подготовку, знакомиться с историей шахмат. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряд. Срок освоения программы 8 лет и более.

Программа спортивной подготовки по виду спорта шахматы

Программа спортивной подготовки по виду спорта шахматы адресована мальчикам и девочкам с 9 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта шахматы, выполнившим нормативы, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по шахматам, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

Этап совершенствования спортивного мастерства:

- совершенствование специальных качеств технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

Этап высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

Предпрофессиональная программа по виду спорта шашки

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям шашками допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шашки.

На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут совершенствовать техническую и тактическую подготовку, знакомиться с историей шахмат. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряд. Срок освоения программы 8 лет и более.

Программа спортивной подготовки по виду спорта шашки

Программа спортивной подготовки по виду спорта шашки адресована юношам и девушкам с 10 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта шашки, выполнившим нормативы, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по шашкам, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

Этап совершенствования спортивного мастерства:

- совершенствование специальных качеств технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

Этап высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

Программа «Основы компьютерного спорта. DOTA 2»

Данная Программа предназначена для обучающихся 8-11 лет, ранее не знакомых с основами компьютерного спорта. Обучающиеся должны не иметь медицинских противопоказаний для занятий спортом и для работы на компьютере.

Программа позволяет познакомить с компьютерным спортом обучающихся младшего и среднего возраста. Компьютерный спорт новое и прогрессивное направление современного общества.

DOTA 2 – интереснейшая компьютерная игра и превосходная площадка для соревновательной деятельности. DOTA 2 приучает к логическому мышлению, дисциплине, точному расчету, увеличивает объем памяти и концентрацию внимания, развивает мелкую моторику. Развивается ассоциативное мышление, чувство ответственности, а также навык работы в команде, что очень важно в любом виде профессиональной деятельности.

Данная Программа затрагивает все виды подготовки спортсменов, а именно: физическую, техническую, психологическую и тактическую.

Зачисление на программу происходит по результатам предварительного индивидуального отбора.

Программа «Знакомство с чирлидингом»

Чирлидинг – это довольно молодой, но уже очень популярный среди молодёжи вид спорта. Чирлидинг сочетает в себе выполнение танцевальных, гимнастических элементов и акробатических трюков, что делает его очень зрелищным, а занятия чирлидингом интересными.

Это отличный вариант занятий для активного ребёнка, так как регулярные тренировки помогают поддерживать хорошую физическую форму, укрепляет мышцы, развиваются координация, выносливость, гибкость, ловкость. Важный аспект – это работа в команде, девочки развивают лидерские качества.

Можно не только заниматься в своё удовольствие, но и принимать участие в соревнованиях.