

Аннотация
**к рабочей учебной программе дополнительной общеобразовательной пред-
профессиональной программы по обязательной предметной области**
«Общая физическая подготовка» (базовый уровень) по футболу

Рабочая учебная программа дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программы по обязательной предметной области «Общая физическая подготовка» (базовый уровень) по футболу для Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» разработана в соответствии с:

- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2018 года № 939 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, к условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»;

- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- примерным (типовым) Положением о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся образовательных организаций, реализующих общеобразовательные программы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности;

- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41, другими нормативными правовыми актами, регламентирующими деятельность в области физической культуры и спорта;

- письмом Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

Цель программы: развитие физических качеств обучающегося на основе

использования средств физической культуры и спорта.

Задачи программы:

- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;
- формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности;
- получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);
- приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

На изучение данной программы отводится 52 недели. Всего – 862 часа на 6 лет обучения.

Общая физическая подготовка (ОФП) направлена на общее развитие и укрепление организма юного спортсмена: повышение функциональных возможностей всех органов и систем, развитие двигательной мускулатуры, улучшение координационной способности, увеличение до требуемого уровня силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, исправление дефектов телосложения и осанки.

Для решения этих задач применяются разнообразные общеразвивающие физические упражнения, направленные на воспитание физических качеств.

Для развития физических качеств используются средства спортивных видов спорта (баскетбол, настольный теннис, футбол, бадминтон, тэг-регби, волейбол, лыжные гонки) подвижные игры низкой средней высокой интенсивности.

Для развития физических качеств на занятиях активно применяются методы повторного, переменного, равномерного выполнения упражнения с использованием комплексов общеразвивающих упражнений, средств других видов спорта.

В образовательном процессе по базовой области предметной используются методические рекомендации, разработки по развитию физических качеств с использованием средств видов спорта и подвижных игр, национальных региональных видов спорта.

Предусмотрены следующие виды контроля: предварительный, оперативный, текущий, промежуточный, итоговый.