

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

Рабочая программа по лыжным гонкам разработана на основе дополнительной предпрофессиональной программы по лыжным гонкам для муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеской спортивной школы» города Моршанска.

Рабочая программа рассчитана на один учебный год.

Рабочая программа МОУДО «ДЮСШ» по лыжным гонкам разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта по группе видов спорта «циклические, скоростно-силовые виды спорта и многоборья» и к срокам обучения по этим программам, учитывают требования федерального государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки, возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Рабочая программа составлена для этапа начальной подготовки 3-го года обучения.

Годичный цикл рассчитан на 46 недель учебных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и 6 недель работы по индивидуальным планам и в спортивно-оздоровительных лагерях.

Планирование годичного цикла тренировки зависит от задач конкретного этапа подготовки, календаря спортивно-массовых мероприятий и сроков проведения основных стартов года.

Наполняемость групп и режим тренировочной работы составлены в соответствии с особенностями организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации №1125 от 27.12.2013 года.

Структура рабочей программы составлена в соответствии с требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации №730 от 13.09.2013 года.

Структура рабочих программ содержит следующие предметные области:

- теория и методика физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;
- избранный вид спорта;
- другие виды спорта и подвижные игры.

Рабочая программа описывает средства, методы и формы подготовки спортсменов, которые основаны на оптимальном соотношении процессов тренировки, воспитания физических качеств и формирования двигательных умений, навыков и различных сторон подготовленности; росте объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постоянно изменяется; строгом соблюдении постепенности в процессе наращивания нагрузок; одновременном развитии отдельных качеств в возрастных периодах, наиболее благоприятных для этого.

Для оценки уровня освоения Программы проводятся промежуточная (ежегодно, после каждого этапа (периода) обучения) и итоговая (после освоения Программы) аттестация обучающихся. Итоговая аттестация включает следующие вопросы:

- Теория и методика физической культуры и спорта - беседа (зачет/не зачет).
- Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка – сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке (зачет/не зачет).
- Избранный вид спорта – спортивная квалификация учащегося. Спортивная квалификация учащегося определяется по требованиям по виду спорта Единой Всероссийской спортивной классификации.