

Аннотация к программе

1.1. Основание выбора программ

Рабочая программа дополнительного образования «Плавание» составлена в соответствии с Законом 273-ФЗ «Об образовании в РФ» Постановление Правительства Российской Федерации от 29.12.2012 г. в последней редакции, № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 14.04.2021г., законом РФ «Об основных гарантиях прав ребенка», «Конвенцией о правах ребенка», приказом министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Конвенцией развития дополнительного образования, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р, Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СанПиН 2.4.36648-20 от 28.09.2020 г., Образовательной программой МАУ ДО СШ г. Зеи.

Программа служит основным документом для эффективного построения многолетней подготовки резервов, квалифицированных пловцов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста. В данной программе предоставлено содержание работы в учреждении дополнительного образования детей на трёх этапах: начальной подготовки - срок реализации программы до 3 лет, учебно-тренировочном - срок реализации программы до 5 лет, Возраст детей, на которых рассчитана программа: 7-18 лет. Срок реализации программы: 2023-2024 учебный год

1.2. Количество учебных часов

Учебная нагрузка в спортивно-оздоровительной группе – 6 часа в неделю. Количество учебных недель - 40. Всего часов в год – 240 часа.

Группы начальной подготовки 1 года обучения – учебная нагрузка – 6 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 312.

Группы начальной подготовки 2 года обучения – учебная нагрузка – 9 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 468.

Группы учебно-тренировочные 1 года обучения – учебная нагрузка – 12 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 624.

Группы учебно-тренировочные 2 года обучения – учебная нагрузка – 12 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 624.

Группы учебно-тренировочные 3 года обучения – учебная нагрузка – 16 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 728.

Группы учебно-тренировочные 4 года обучения – учебная нагрузка – 16 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 832.

Группы учебно-тренировочные 5 года обучения – учебная нагрузка – 16 часов в неделю. Количество учебных недель – 52. Всего часов в год – 832.

1.3. Учебно-методический комплект

Кашкин А.А., О.И.Попов, В.В.Смирнов Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Советский спорт 2004 г. Москва / Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта плавание/ (утв. приказом Министерства спорта РФ от 3 апреля 2013 г. № 164).

Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. -М., ФК и спорт, 2002.

Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для ВУЗов. -М, Владос, 2002.

Зенов Б.Д. Специальная физическая подготовка пловца на суше и в воде. - М.ФК и спорт, 1986.

Научное обеспечение подготовки пловцов: педагогические и медико-биологические исследования, ФиС 1983.

Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. М. Астрель, 2003.