

АННОТАЦИЯ

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

ПРЫЖКИ НА БАТУТЕ

Программа охватывает комплекс основных параметров подготовки спортсменов в процессе многолетней тренировки - от новичков до мастеров спорта России международного класса. Предусматривается последовательность и непрерывность процесса становления спортивного мастерства занимающихся, преемственность в решении задач обучения базовым упражнениям и укрепления здоровья юных спортсменов, гармоничного воспитания личности, интереса к занятиям спортом и профилактики основных социальных недугов, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов и подготовки к активной трудовой деятельности.

В программе раскрываются основные аспекты содержания учебно-тренировочной и воспитательной работы, приводятся примерные планы распределения учебного материала по группам и разделам подготовки, базовый учебный материал, система контрольных нормативов и требования для перевода занимающихся в группы более высокой спортивной квалификации.

Учебный материал изложен в соответствии с утвержденным Министерством спорта Российской Федерации режимом учебно-тренировочной работы для групп различных годов обучения для всех типов спортивных школ.

Данная программа основывается на следующих положениях.

В настоящее время прыжки на батуте достигли высокой степени своего развития, что предъявляет наличие определенных способностей у спортсменов, особенно на этапе высшего спортивного мастерства. Достижение такого уровня мастерства возможно при наличии, во-первых, определенных способностей у занимающихся к данному виду спортивной деятельности, во-вторых, современной системы подготовки спортсменов и, в-третьих, соответствующих условий тренировки и наличия современной материально-технической базы.

Одним из ведущих факторов достижения высоких спортивных результатов являются техническая и физическая подготовленность занимающихся, которые основываются на современных тенденциях развития прыжков на батуте, основных закономерностях роста спортивного мастерства и индивидуального развития спортсменов.

Достижение спортивно-технического совершенства будет более качественным, если в процессе тренировки использовать специально разработанные комплексы и программы, учитывающие передовой опыт ведущих тренеров, объективные критерии развития ведущих компонентов подготовленности, тестирование и оценка которых способствует ускоренному росту, стабильности и эффективности техники выполнения соревновательных комбинаций.

В настоящее время наблюдается противоречие между постоянным ростом сложности соревновательных упражнений, объективной необходимостью увеличения высоты прыжков и несоответствующими этому уровнями технической и физической подготовленности, что не позволяет спортсменам быстро достигать вершин спортивного мастерства, а тренеру эффективно управлять их тренировочной и соревновательной деятельностью.

Программа разработана и составлена на основании следующих основополагающих законодательных инструктивных и программных документов, определяющих основную направленность объем и содержание тренировочных занятий по избранному виду спорта:

1. Приказ Минспорта России от 15.11.2018г № 939.
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007 № 329-ФЗ
(глава 4)
3. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
(ст.84)
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008
«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Приказ Министерства спорта РФ от 13.09.2013 № 730 «Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»
6. Приказ Министерства спорта РФ от 12.09.2013 № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»
7. Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 № 1125 «Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»
8. Приказ Министерства спорта РФ от 24.10.2012 № 325 «О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в РФ»
9. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30.08.2013 № 694 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта прыжки на батуте"

10.Приказ Министерства спорта РФ от 16.08.2013 № 636 «Об утверждении порядка осуществления контроля за соблюдением организациями, осуществляющими спортивную подготовку, федеральных стандартов спортивной подготовки»

11.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 « Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций дополнительного образования детей».

Программа предпрофессиональной подготовки по прыжкам на батуте составлена с учетом опыта работы тренеров с юными спортсменами и современных тенденций развития вида спорта.

Программа предназначена для детско-юношеской спортивной школы (ДЮСШ).

Программа охватывает комплекс основных параметров подготовки спортсменов в процессе многолетней тренировки. Предусматривается последовательность и непрерывность процесса становления спортивного мастерства занимающихся, преемственность в решении задач обучения базовым упражнениям и укрепления здоровья юных спортсменов, гармоничного воспитания личности, интереса к занятиям спортом и профилактики основных социальных недугов, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов и подготовки к активной трудовой деятельности.

Программа имеет социально-педагогическую направленность и ориентирована на социальное развитие ребенка, укрепление его физического и психического здоровья, адаптации к условиям современной жизни.

Основной целью программы является создание условий для развития способностей, заложенных в ребенке природой, для дальнейшего его саморазвития, самосовершенствования, полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитания физически и духовно современной личности.

Программа направлена на решение **следующих задач:**

- выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности в спорте;
- на создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта - прыжки на батуте;

- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.
- выполнение спортивных нормативов.

В программе раскрываются основные аспекты содержания учебно-тренировочной и воспитательной работы, приводятся примерные планы распределения учебного материала по группам и разделам подготовки, базовый учебный материал, система контрольных нормативов и требования для перевода занимающихся в группы более высокой спортивной квалификации.

Подготовка в прыжках на батуте - сложная развивающаяся система, основными принципами действия которой являются:

- принцип комплексности, предусматривающий тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля);

- принцип преемственности, определяющий строгую последовательность изучения программного материала по этапам обучения (от простого к сложному, положительного переноса навыка и т.д.) и соответствия его перспективным требованиям высшего спортивного мастерства, для обеспечения в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, постепенного роста показателей всех сторон подготовленности;

- принцип вариативности, предусматривающий в зависимости от этапа многолетней подготовки максимальный учет индивидуальных особенностей юного спортсмена, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок.

Следование данным принципам обеспечивает преемственность целей и задач, методов и средств подготовки, содержания учебных, классификационных и соревновательных программ, развития функций и систем организма, положительный перенос двигательных навыков.

Основные признаки системы подготовки прыгунов на батуте:

- многоуровневость, отдельные упражнения обеспечивают определенные стороны подготовленности, а целостная соревновательная комбинация прыжков является результатом взаимодействия всех компонентов подготовки;
- сложность;
- целенаправленность на достижение максимального спортивного результата;

- самоорганизация, т.е. способность в процессе тренировки изменять (корректировать) структуру и содержание двигательных заданий.

Каждый этап подготовки имеет свою продолжительность, минимальный возраст зачисления и минимальную наполняемость групп

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ
ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, МИНИМАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ ЛИЦ
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ И МИНИМАЛЬНОЕ
КОЛИЧЕСТВО ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ В ГРУППАХ
НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА
ПРЫЖКИ НА БАТУТЕ**

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)
Базовый уровень сложности	6	7	14-15
Углубленный уровень сложности	4	9	10-12

Концепция многолетней подготовки прыгунов на батуте предполагает длительность тренировочного процесса 10 и более лет от новичка до мастера спорта.

Структура многолетней подготовки данной программы включает в себя следующие этапы:

- 1) Базисный уровень сложности;
- 2) углубленный уровень сложности