

## **Описание**

### **дополнительной предпрофессиональной программы по велосипедному спорту**

Дополнительная предпрофессиональная программа по велосипедному спорту составлена в соответствии с:

- Конвенцией о правах ребенка,
- Федеральным Законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,
- Приказом Минспорта РФ №730 от 12.09.2013 года «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям содержания дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по этим программам».
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»,
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей 2.4.4.1251,

Дополнительная предпрофессиональная программа по велосипедному спорту для МБУДО «СДЮСШОР «Велосипедный спорт», соответствует Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, учитывает требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта велоспорт-трек (Приказ Министерства спорта РФ от 30 августа 2013г. № 683), возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Программа рассчитана на 52 учебные недели, 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы (в учебном году) и 6 недель для тренировки в спортивно-оздоровительном лагере и по индивидуальным планам учащихся на период их активного отдыха.

Основными задачами реализации Программы являются:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации; - выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Программа направлена на:

- отбор одаренных детей;

- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей; - формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе велосипедного спорта;
- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Программа является основным документом при организации и проведении занятий по предпрофессиональной подготовке по велосипедному спорту в МБУДО «СДЮСШОР «Велосипедный спорт» и содержит следующие предметные области: теоретическая подготовка, физическая и специальная подготовка, соревновательная подготовка, педагогический и врачебный контроль, техническое обслуживание велосипедов, инструкторская и судейская практика, контрольно-переводные испытания и восстановительные мероприятия. В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на различных этапах подготовки, отбору и комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей занимающихся. Содержание Программы учитывает особенности подготовки обучающихся по велосипедному спорту, в том числе: - большой объем разносторонней физической подготовки в общем объеме тренировочного процесса; - постепенное увеличение интенсивности тренировочного процесса и постепенное достижение высоких общих объемов тренировочных нагрузок; - повышение специальной скоростно-силовой подготовленности за счет широкого использования различных тренировочных средств.

Программа рассчитана на 7 лет и включает в себя два этапа подготовки: этап начальной подготовки (до года и свыше года) и тренировочный этап (до 2-х лет и свыше 2-х лет)

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- формирование жизненно важных двигательных умений и навыков, содействие разностороннему физическому развитию и укреплению здоровья учащихся;
- создание условий в процессе занятий велосипедным спортом для формирования у занимающихся навыков здорового образа жизни, устойчивого интереса и потребности к занятиям физической культурой и спортом;
- обеспечение эффективной системы подготовки высококвалифицированных спортсменов, резерва сборной команды России по велосипедному спорту (трек);