Аннотация к рабочей программе «Стрельба из лука»

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);

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

- Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 г № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Письмо Минобрнауки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 (СанПиН 2.4.4.3172–14) (далее – СанПиН)

**Тренировочный процесс**

Программа регламентирует организацию и планирование учебно-тренировочного процесса стрелков, т.к. регулярные тренировки, целенаправленно воздействуя на организм и личность спортсменов, направлены на достижение определенных необходимых целей:

1.Укрепление здоровья, повышение уровня развития физических и психических качеств занимающихся в соответствии с их возрастными возможностями и с учетом специфики данного вида спорта.

2.Освоение основных элементов техники выполнения прицельного выстрела из лука и совершенствование техники и тактики стрельбы для достижения максимальных и стабильных спортивных результатов.

3.Развитие и совершенствование специализированных психических качеств, лежащих в основе выполнения сложно координационных и точностных движений, определяющих эффективность техники и тактики стрельбы из лука в соревновательных условиях.

4.Формирование личностных качеств, необходимых стрелку-спортсмену и соответствующих общепринятым нормам морали, гражданской и спортивной этики.

5.Повышение уровня знаний в области материальной части оружия, мер безопасности при обращении с ним, правил поведения в местах проведения стрельб и доведение их выполнения до автоматизма.

6.Формирование устойчивого интереса и сознательного отношения к занятиям стрельбой из лука, на основе которого можно было бы обеспечить соблюдение спортивного режима, создающего базу для повышения уровня спортивного мастерства.

Для достижения этих целей необходимо использование четко ориентированных средств, методов и установок, находящихся между собою в определенной взаимосвязи и соподчинении.

В основу отбора и систематизации материала положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

Принцип комплексности выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон учебнотренировочного процесса: теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовок, педагогического и медицинского контроля, системы восстановительных мероприятий.

Принцип преемственности заключается в определенной последовательности изложения теоретического материала по этапам обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории и методики тренировки в соответствии с возрастающими требованиями к повышению уровня спортивного мастерства спортсменов, в постепенном, от этапа к этапу, усложнении содержания тренировок, в увеличении объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, в единстве целей, задач и методов подготовки в соответствии с требованиями высшего мастерства.

Принцип вариативности позволяет осуществить выбор средств и методов подготовки, с учетом имеющихся между стрелками различий, выражающихся в неравномерности развития их двигательных и психических возможностей, а также в связи с требованиями и задачами, решаемыми на различных этапах подготовки с каждым конкретным спортсменом. Исходя из определенных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи тренеры могут вносить необходимые коррективы в построение учебно-тренировочных циклов, занятий, не нарушая общих подходов.

Разделы программы взаимосвязаны, их смысловое содержание направлено на воспитание гармонично развитых людей, готовых к трудовой, оборонной, спортивной и другим общественно полезным видам деятельности.

В тренировочных группах, даются необходимые теоретические знания и выполняются определенные объемы тренировочных нагрузок с их постепенным увеличением, усложнением состава осваиваемых действий и их ситуационного применения, разнообразием формируемых тактических умений и специальной информации по этапам подготовки.

При необходимости, исходя из конкретных обстоятельств, тренеры могут по своему усмотрению вносить необходимые изменения в сроки ознакомления с отдельными темами программы. Однако важно, чтобы в итоге полный объем установленной информации был изучен и усвоен.

**Цель, задачи и преимущественная направленность:**

• 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 у детей устойчивого интереса к занятиям по стрельбе из лука;

• улучшение всесторонней физической подготовленности и укрепление здоровья занимающихся;

• воспитание специальных физических качеств для успешного овладения техническими действиями;

• обучение основным техническим действиям;

• формирование свойств личности и структуры мотивов, необходимых для достижения высоких результатов в стрельбе из лука;