**Аннотация к программе в области физической культуры и спорта**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Плавание» |
| Общий объём часов | 4316 |
| Срок реализации  | 7 лет |
| Целевая аудитория | Обучающиеся от 7 до 18 лет |
| Цели | Достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки. |
| Особенности реализации: | Программа реализуется на 2х этапах спортивной подготовки:1. этап начальной подготовки (НП) – 2 года;
2. учебно-тренировочный этап (УТ) – 5 лет.
 |
| Форма обучения | 1. учебно-тренировочные занятия;
2. учебно-тренировочные мероприятия (сборы);
3. спортивные соревнования.
 |
| Режим занятий | В соответствии с этапом и годом обучения:НП – занятие не более 2 астрономических часов 3-4 раза в неделю;УТ - занятие не более 3 астрономических часов 4-6 раз в неделю |
| Планируемые результаты освоения | **На этапе начальной подготовки**:- знание основ безопасного поведения при занятиях спортом;- повышение уровня физической подготовленности;- овладение основами техники вида спорта «плавание»;- овладение общими знаниями об антидопинговых правилах;- выполнение контрольно-переводных нормативов (испытаний);- участие в соревнованиях, начиная со второго года обучения.**На учебно-тренировочном этапе** -повышение уровня физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;-владение основными методами саморегуляции и самоконтроля;- знание правил вида спорта «плавание»;- знание антидопинговых правил;- соблюдение антидопинговых правил;-выполнение контрольно-переводных нормативов;-участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом - третьем году (не ниже уровня спортивных соревнований Томской области, начиная с четвертого года);-получить спортивный разряд третий, второй. |
| Условия реализации: |  |
| Место реализации | Верхнекетский район, р.п. Белый Яр, ул.Свердлова, 12Б |
| Средства обучения | - Бассейн 25м - 1;- Тренажерный зал - 1;- Тренажеры - 3;- Табло электронное - 1;- Секундомер четырёхстрелочный - 1;- Скамья гимнастическая - 6.- Лопатки для плавания – 60;- Доска для плавания – 30;- Ласты для плавания – 30. |