

**Описание дополнительных образовательных (общеразвивающих и предпрофессиональных) программ, реализуемых МАУ ДО ДЮСШ № 2 в 2022-2023 учебном году**

| № п/п | Название программы  | Описание программы   | Срок реализации и возраст уч-ся  |
|-------|---|--|--|
| 1     | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта ВОЛЕЙБОЛ | <p>Программа требует начальной базовой подготовки обучающихся, поступающие проходят тестирование по показателям общей физической и специальной физической подготовленности.</p> <p>На углубленный уровень сложности прием на обучение не проводится. На данном уровне продолжают обучение дети, зачисленные в организацию и прошедшие обучение на базовом уровне не менее 5 лет.</p> <p>Учащиеся получают знания, умения и навыки по следующим предметным областям:<br/>                     Теоретические основы физической культуры и спорта<br/>                     Общая физическая подготовка<br/>                     Общая и специальная физическая подготовка<br/>                     Вид спорта<br/>                     Основы профессионального самоопределения</p> | Срок реализации – 8 лет, возраст 8-18 лет, форма обучения – очная, групповая |
| 2     | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта ВОЛЕЙБОЛ      | <p>Программа относится к физкультурно-спортивной направленности, приоритетом является укрепление здоровья, повышение физической активности и повышения мотивации к занятиям физкультурой и спортом; содержит следующие разделы:<br/>                     1. Теоретическая подготовка</p>   | Срок реализации 1 год, возраст – 7-18 лет, форма обучения – очная, групповая |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   |   | <p>2. Общая физическая подготовка</p> <p>3. Вид спорта (волейбол)</p> <p>4. Различные виды спорта и подвижные игры</p>   |   |
| 3 | <p>Дополнительная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка»</p> | <p>ОФП является модифицированной и относится к физкультурно-спортивной направленности. Программа составлена на основе материала, который учащиеся изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов ребят.</p> <p>Общая физическая подготовка (ОФП) направлена на развитие сердечнососудистой системы, укрепление опорно-двигательного аппарата, улучшение общей координации, умение активно управлять расслаблением мышц, восстановление функциональных систем организма после интенсивных нагрузок для снятия эмоционального утомления.</p> | <p>Срок реализации – 1 год, возраст 7-18 лет, форма обучения – очная, групповая</p> |