

**Аннотации рабочих программ  
Специализированной детско-юношеской спортивной школы  
олимпийского резерва № 2**

**Программа «Использование современных компьютерных технологий в шахматах»**

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по шахматам допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки работы с шахматными интернет-сайтами, использования интернет-трансляций для изучения и разбора партий важнейших соревнований и повышения уровня подготовки для совершенствования игры в шахматы. Срок освоения программы 2 года.

**Программа «Использование современных компьютерных технологий в шашках»**

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по шашкам допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки работы с шашечными интернет-сайтами, использования интернет-трансляций для изучения и разбора партий важнейших соревнований и повышения уровня подготовки для совершенствования игры в шашки. Срок освоения программы 2 года.

**Программа «Керлинг»**

Данная программа рассчитана на детей с 13 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по керлингу допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки необходимым для занятия керлингом (развитие физических способностей: общая выносливость, скорость, силовые и координационные способности, умение работать в команде). На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей керлинга, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 4 года.

**Программа «Начальная подготовка шахматиста»**

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям шахматами допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шахматы. Игра в шахматы научит логическому и дисциплинированному мышлению, точному расчету, способствует развитию памяти, ассоциативному мышлению и чувству ответственности. На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут совершенствовать техническую и тактическую подготовку, знакомиться с историей шахмат. Срок освоения программы 1 год.

## **Программа по виду спорта спортивное ориентирование**

Данная программа рассчитана на детей с 8 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям спортивным ориентированием допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки ориентирования на местности в различных видах – в ориентировании бегом, на лыжах, на велосипедах. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные ориентировщики будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей спортивного ориентирования, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье.

Срок освоения программы 8 лет и более.

## **Предпрофессиональная программа по виду спорта сноуборд**

Данная программа рассчитана на детей с 8 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям по виду спорта сноуборд допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки катания на сноуборде в различных видах – параллельный слалом-гигант, параллельный слалом, сноуборд-кросс, хафпайп, биг-эйр, слоуп-стайл. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей сноуборда, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

## **Программа спортивной подготовки по виду спорта сноуборд**

Программа спортивной подготовки по виду спорта сноуборд адресована юношам и девушкам с 13 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта сноуборд, выполнившим нормативы общей физической и специальной подготовки, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по сноуборду, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

*Этап совершенствования спортивного мастерства:*

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов ОФП, СФП;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

*Этап высшего спортивного мастерства:*

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

## **Предпрофессиональная программа по виду спорта спорт глухих «Сноуборд»**

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям по виду спорта сноуборд допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки катания на сноуборде в различных видах – параллельный слалом-гигант, параллельный слалом, сноуборд-кросс, хафпайп, биг-эйр, слоуп-стайл. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей сноуборда, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

## **Программа спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих «Сноуборд»**

Программа спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих «Сноуборд» адресована юношам и девушкам с 18 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта спорт глухих «Сноуборд», выполнившим нормативы общей физической и специальной подготовки, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по спорту глухих «Сноуборд», участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

*Этап совершенствования спортивного мастерства:*

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов ОФП, СФП;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

*Этап высшего спортивного мастерства:*

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

## **Предпрофессиональная программа по виду спорта теннис**

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по виду спорта теннис допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в теннис. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей тенниса, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

## **Предпрофессиональная программа по виду спорта спортивный туризм**

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом в природных условиях. К занятиям спортивным туризмом допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки спортивного туризма в различных видах – пешеходный туризм, водный – байдарка, горный, лыжный. На учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на местности юные спортсмены будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей спортивного туризма, совершенствовать техническую и тактическую подготовку. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряда и укрепить здоровье. Срок освоения программы 8 лет и более.

## **Программа спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм**

Программа спортивной подготовки по виду спорта спортивный туризм адресована юношам и девушкам с 15 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта спортивный туризм, выполнившим нормативы общей физической и специальной подготовки, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по спортивному туризму, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

*Этап совершенствования спортивного мастерства:*

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;

- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов ОФП, СФП;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

*Этап высшего спортивного мастерства:*

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

### **Программа «Углубленный курс физической культуры для участников олимпиад»**

Данная программа рассчитана на детей 9-11 классов общеобразовательных школ и направлена на развитие интереса школьников к физической культуре, теоретическую и практическую подготовку школьников Санкт-Петербурга к участию в олимпиаде по физической культуре.

В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки работы с информационными образовательными ресурсами интернета, работы в исследовательской деятельности, работы в команде, повысят уровень физической подготовленности. Срок освоения программы 1 год.

### **Программа «Черлидинг»**

Данная программа рассчитана на детей с 10 лет желающих заниматься спортом. К занятиям по черлидингу допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки необходимым для занятия черлидингом (развитие гибкости, выносливости, силы, пластичности, координации движений, чувства ритма, музыкального слуха). На учебно-тренировочных занятиях учащиеся будут заниматься общефизической и специальной подготовкой, играть в различные подвижные игры, знакомиться с историей черлидинга, совершенствовать техническую подготовку для участия в соревнованиях различного уровня и формирования навыка командной работы, укрепления здоровья. Срок освоения программы 3 года.

### **Программа «Шахматное искусство»**

Данная программа рассчитана на детей 5-6 лет. Важные требования к учащимся - они должны уметь: рассказывать о том, что видят, считать, читать, писать. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шахматы, познакомятся с историей шахмат, научатся логическому мышлению, ассоциативному мышлению. Игра в шахматы способствует развитию памяти и концентрации внимания. Срок освоения программы

## **Предпрофессиональная программа по виду спорта шахматы**

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям шахматами допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шахматы. На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут совершенствовать техническую и тактическую подготовку, знакомиться с историей шахмат. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряд. Срок освоения программы 8 лет и более.

### **Программа спортивной подготовки по виду спорта шахматы**

Программа спортивной подготовки по виду спорта шахматы адресована мальчикам и девочкам с 9 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта шахматы, выполнившим нормативы, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по шахматам, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

*Этап совершенствования спортивного мастерства:*

- совершенствование специальных качеств технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

*Этап высшего спортивного мастерства:*

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).

## **Предпрофессиональная программа по виду спорта шашки**

Данная программа рассчитана на детей с 7 лет желающих заниматься спортом. К занятиям шашками допускаются учащиеся без медицинских противопоказаний. В процессе освоения программы, учащиеся приобретут навыки игры в шашки. На учебно-тренировочных занятиях юные спортсмены будут совершенствовать техническую и тактическую подготовку, знакомиться с историей шахмат. Участие в учебно-тренировочных сборах, многочисленных соревнованиях различного уровня позволит выполнить норматив для присвоения спортивного разряд. Срок освоения программы 8 лет и более.

### **Программа спортивной подготовки по виду спорта шашки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта сноуборд адресована юношам и девушкам с 10 лет, прошедшим обучение по общеобразовательной предпрофессиональной программе по виду спорта шашки, выполнившим нормативы, установленные Федеральным стандартом спортивной подготовки по шашкам, участвовавшим в соревнованиях и выполнившим разрядные нормативы в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

В данной программе представлено содержание для групп этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

В рамках реализации программы прогнозируемые результаты:

*Этап совершенствования спортивного мастерства:*

- совершенствование специальных качеств технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- высокий уровень спортивной мотивации;
- выполнение контрольных нормативов;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (КМС и МС).

*Этап высшего спортивного мастерства:*

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.
- подтверждение разрядных требований (МС).