

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Ростовской области
«Региональный центр выявления и поддержки одаренных детей
«Ступени успеха» (ГБУ ДО РО «Ступени успеха»)

Дополнительная общеразвивающая программа по направлению «Спорт»
**«Стрельба из лука.2025»,
для обучающихся 12-17 лет**

(очная форма обучения)

Аннотация

1	Составители программы (Ф.И.О., место работы, должность)	Смачная Ирина Игоревна методист ГБУ ДО РО «Ступени успеха». Осипова Светлана Владимировна заведующий методическим отделом, методист высшей квалификационной категории ГБУ ДО РО «Ступени успеха»
	Консультант по разработке программы (Ф.И.О., место работы, должность)	Приходько Владимир Анатольевич, член сборной РО по стрельбе из лука. Многократный чемпион, призер чемпионатов и кубков по 3-Д стрельбе из лука России. Подготовил членов сборной России по стрельбе из лука, мастеров спорта России, победителей и призеров Чемпионатов и Кубков России, тренер- преподаватель ГБУ ДО РО СШОР № 19.
2	Уровень программы	продвинутый
3	Направленность программы	физкультурно-спортивная
4	Срок реализации	14 дней
5	Возраст обучающихся	12-17 лет
6	Реквизиты документов об утверждении (дата, номер протокола/приказа, кем и где была рассмотрена/ утверждена/ согласована)	рекомендована экспертным советом ГБУ ДО РО «Ступени успеха» протокол от 10.01.2025 № 1, принята на заседании педагогического совета от 10.01.2025 протокол № 22
7	Дата утверждения	приказ от 10.01.2025 № 07-од
8	Цель программы, задачи	Цель: формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, укрепление и сохранение собственного здоровья, воспитание потребности для занятия спортом, развитие и дальнейшая профессиональная поддержка одаренных стрелков из лука для успешного выступления на областных, всероссийских и международных соревнованиях. Задачи: –пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся; –популяризация стрельбы из лука как вида спорта и активного отдыха; –формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям стрельбы из лука; –обучение технике стрельбы из лука;

		–развитие физических способностей; –формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; –воспитание моральных и волевых качеств.
9	Краткое содержание программы	Содержание данной программы построено с учётом, как общепедагогических принципов обучения, так и основополагающих принципов спортивной подготовки обучающихся – системность, преемственность, вариативность. Программа предусматривает дифференцированный и личностно-ориентированный подход к обучению, что позволяет сформировать основные компоненты деятельности: умение видеть цель и способы ее достижения, умение контролировать и оценивать свои действия, реализовывать свои умения и навыки в практической деятельности. Данная программа является модульной. Она состоит из профильного модуля, междисциплинарного модуля и вариативного модуля. Профильный модуль раскрывает содержание образовательной программы по стрельбе из лука. Междисциплинарный модуль ставит своей целью расширение кругозора обучающихся и их интересов к научно-исследовательской, творческой деятельности, культурному наследию своей страны. Вариативный модуль реализуется через курсы «Командообразование» и «Будущее России». Вариативный модуль объединяет обучающихся в процессе совместной творческой деятельности, развивает социальные и коммуникативные навыки при помощи работы в команде, воспитывает гражданственность, патриотизм, здоровый образ жизни. Учебный материал программы структурирован и состоит из двух разделов, включающих в себя следующие основные элементы: 1. Общая физическая подготовка. 2. Специальная физическая подготовка. 3. Техничко-тактическая подготовка. 4. Теоретическая подготовка. 5. Психологическая подготовка. 6. Инструкторская и судейская практика.
10	Прогнозируемые результаты	Прогнозируемые результаты этой программы у обучающихся: –будут знать: –гигиенические основы физического воспитания, основы профилактики травматизма и правила техники безопасности при занятиях спортом; –основы правильного питания в тренировочных и соревновательных периодах; –систему практических умений и навыков,

	обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, сохранения высокой умственной и физической работоспособности; -структуру соревнований по стрельбе из лука, отдельного поединка и судейской деятельности; -основы и методы самоконтроля за состоянием организма в процессе занятий спортом и подготовке к соревнованиям; -будут уметь: - выполнять технические и тактические действия, приемы, необходимые для дальнейшего использования в двигательной, игровой и соревновательной деятельности спортсмена для успешного выступления на областных, всероссийских и международных соревнованиях; -использовать индивидуальную физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; -самостоятельно подготавливаться к соревнованиям, организовывать занятия физическими упражнениями; -использовать методы самоконтроля за состоянием своего организма в процессе занятий спортом и оказания первой доврачебной помощи.
--	--