

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования детей специализированная детско-
юношеская спортивная школа олимпийского резерва «Комплексная школа
высшего спортивного мастерства»**

*Рассмотрена и согласована на
заседании педагогического совета*

27 декабря 2016 года, протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ

Директор СПб ГБОУ ДОД СДЮСШОР «КШВСМ»

М.В.Кокорин

30 декабря 2016 года

**Дополнительная предпрофессиональная
программа**

по виду спорта стендовая стрельба

Программа разработана на основании: Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (приказ Минспорта России от 12 сентября 2013 г. № 730); Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта стендовая стрельба (приказ Минспорта России от 27 марта 2013 г. № 144)

Срок реализации программы на этапах:

Этап начальной подготовки – 2 года

Тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 5 лет

Этап совершенствования спортивного мастерства – 2 года

Автор-разработчик

Инструктор-методист

Петрова М.В.

Санкт-Петербург 2016

№ п/п	Наименование разделов программы многолетней спортив- ной подготовки обучающихся по стендовой стрельбе	Этап начальной под- готовки		Учебно-тренировочный этап					Этап совершен- ствования спортив- ного мастерства		Этап высшего спортив- ного мас- терства	Формы контроля
		1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	1-й год	2-й год	Весь период	
1.	Общая физическая подго- товка (всего часов)	78	82	124	124	100	100	100	170	220	Индиви- дуально для каж- дого обучаю- щегося	Наблюдение, тесты (физические упраж- нения)
2.	Специальная физическая подготовка (всего часов)	40	64	80	80	106	106	106	148	180		Наблюдение, тесты (физические упраж- нения)
3.	Технико-тактическая подго- товка (всего часов)	142	226	264	264	496	496	496	618	692		Наблюдение, тесты (физические упраж- нения)
4.	Приемные и переводные нормативы (всего часов)	8	10	12	12	14	14	14	18	18		Тесты (физические упражнения)
5.	Инструкторская и судейская практика (всего часов)	-	4	16	16	24	24	24	34	38		Наблюдение, опрос (собеседование)
6.	Восстановительные меро- приятия (всего часов)	-	4	14	14	34	34	34	48	56		Наблюдение, опрос (собеседование)
7.	Участие в соревнованиях (всего часов)	8	24	42	42	54	54	54	68	84		Наблюдение, ре- зультат выступле- ния
8.	Самостоятельная подготов- ка, активный отдых (всего часов)	36	54	72	72	108	108	108	144	168		Наблюдения, итого- вое тестирование или отчет спорт- смена
	Итого:	312	468	624	624	936	936	936	1248	1456	1664	