**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ТАМБОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ Г.Р. ДЕРЖАВИНА»**

**ИНСТИТУТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**«ПОДГОТОВКА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРВЛЕННОСТИ “СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ”»**

**Вид:** дополнительное образование

**Подвид:** дополнительное образование детей и взрослых

**Программа:** общеобразовательная общеразвивающая программа

**Объем:** 20 часов

**Форма обучения:** очная

**Цель обучения:**

Основной целью программы является подготовка абитуриентов к вступительным экзаменам, которые состоят из трех разделов «Гимнастика», четыре вида (акробатика, брусья, прыжок и подтягивание на перекладине), «Легкая атлетика», три вида (бег 100 метров, 1000 - 500 метров, прыжок в длину с места), «Плавание» один вид (100 метров вольным стилем).

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Объем часов** |
|  | **Раздел 1. Легкая атлетика** Тема 1. Бег на короткие дистанции  | 2 |
|  | Тема 2. Бег на средние дистанции | 2 |
|  | Тема 3. Прыжок в длину с места.  | 2 |
|  | **Раздел 2. Гимнастика**Тема 4. Акробатические упражнения.  | 2 |
|  | Тема 5. Упражнения на брусьях. …  | 4 |
|  | Тема 6. Опорный прыжок | 2 |
|  | **Раздел 3. Плавание**Тема 7. Техника плавания вольным стилем | 6 |
|  | **Итого** | **20** |

**Составитель программы:**

Сысоев Александр Николаевич,кандидат педагогических наук, доцент