

**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 НАПРАВЛЕННОСТИ “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
1.	Раздел 1. Легкая атлетика Тема 1. Бег на короткие дистанции	2
2.	Тема 2. Бег на средние дистанции	2
3.	Тема 3. Прыжок в длину с места.	2
4.	Раздел 2. Гимнастика Тема 4. Акробатические упражнения.	2
5.	Тема 5. Упражнения на брусьях. ...	4
6.	Тема 6. Опорный прыжок	2
7.	Раздел 3. Плавание Тема 7. Техника плавания вольным стилем	6
	Итого	20

Составитель программы:

Сысоев Александр Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент