

Аннотация к дополнительной предпрофессиональной рабочей программе по вольной борьбе тренировочного этапа

МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин»

Рабочая программа по избранному виду спорта «вольная борьба» составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 "Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», с Уставом МАОУ ДО «ДЮСШ «Дельфин» (далее – ДЮСШ «Дельфин») на основе документов, определяющих содержание дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта:

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 730 «Об утверждении 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»;

3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.03.2013 № 145 «Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба», с образовательной программой и Уставом ДЮСШ «Дельфин».

Рабочую программу по вольной борьбе разработали тренеры-преподаватели высшей квалификационной категории Петров Дмитрий Николаевич и Колмагоров Павел Васильевич. В программе представлен 1-3 год тренировочного этапа спортивной подготовки (срок реализации тренировочного этапа – 5 лет).

Цель тренировочного этапа подготовки: создание предпосылок к дальнейшему повышению спортивного мастерства борцов.

Задачами, которые реализуются в ходе выполнения программы, являются:

- повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности, воспитание основных физических качеств;
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке соответствующей возрастной группы;

- приобретение навыков в организации и проведении соревнований;
- воспитание специальных физических качеств, повышение уровня функциональной подготовленности и освоения допустимых тренировочных нагрузок;
- совершенствование в технике и тактике спортивной борьбы, накопление соревновательного опыта в избранном виде спорта;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений и формирование основ ведения единоборства;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами физических упражнений;
- укрепление здоровья и улучшение физического развития.

В программе материал распределен по 7 предметным областям:

- теоретическая подготовка;
- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- технико - тактическая подготовка;
- восстановительные мероприятия;
- инструкторская и судейская практика;
- соревновательная подготовка.

Материал рассчитан на 44 недели, 12 часов в неделю, 528 часов в год – 1-й и 2-й год обучения; 18 часов в неделю, 792 часа в год – 3-й год обучения.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- самостоятельная работа по индивидуальным планам;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Контроль за освоением курса обучения по программе осуществляется при проведении процедуры промежуточной и итоговой аттестации.