

Аннотация к дополнительной предпрофессиональной рабочей программе по вольной борьбе этапов начальной подготовки

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 этап начальной подготовки (срок этапа начальной подготовки – 3 года).

Цель этапа начальной подготовки: привлечение детей к занятиям физической культурой и спортом и формирование у них устойчивого интереса к систематическим занятиям спортивной борьбой.

Задачами, которые реализуются в ходе выполнения программы, являются:

- укрепление здоровья и улучшение физического развития детей и подростков;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений и формирование основ ведения единоборства;

- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами физических упражнений;
- выявление задатков и способностей детей;
- отбор и комплектование учебных групп;
- подготовка и выполнение требований по общей и специальной физической подготовке соответствующей возрастной группы.
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- выявление задатков и способностей, привитие интереса к тренировочным занятиям;
- освоение основ техники по виду спорта вольная борьба;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий видом спорта вольная борьба.

В программе материал распределен по 12 предметным областям:

- теоретическая подготовка;
- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка;
- тактическая подготовка;
- интегральная подготовка;
- спортивные и подвижные игры;
- восстановительные мероприятия;
- инструкторская и судейская практика;
- соревновательная подготовка;
- промежуточная и итоговая аттестация;
- самостоятельная работа.

Материал рассчитан на 44 недели, 6 часов в неделю, 264 часа в год – 1-й год обучения; 8 часов в неделю, 352 часа в год – 2-й, 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.