

Аннотация к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области физической культуре и спорта по греко- римской борьбе

Наименование программы:

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта по греко- римской борьбе

Утверждена: приказ по МБУ ДО ДЮСШ « Юность» № 53-О от 01.09.2016 г.

Вид программы: дополнительная общеобразовательная программа «Дополнительная общеразвивающая программа».

Нормативно-правовое обеспечение:

- Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по этим программам (приказ Минспорта России от 12.09.2013 № 730)

Направленность программы: на всестороннее физическое воспитание детей, укрепление здоровья, совершенствования двигательных и морально - волевых качеств с ориентацией на дальнейшие занятия физической культурой и спортом в ДЮСШ.

Цель программы: содействовать всестороннему, гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья детей и взрослых.

Задачами реализации Программы :

- привлечь максимально возможное число детей к систематическим занятиям спортом;
- развить у занимающихся необходимые физические качества: силу, выносливость, быстроту, ловкость, в соответствии с сенситивными периодами;
- сформировать начальную спортивную подготовку по профилю спортивная борьба;
- привить устойчивую привычку к активному образу жизни и занятиям спортом;
- воспитать волевые, моральные, этические и эстетические качества у детей.

Возраст обучающихся: от 6-18 лет

Продолжительность реализации программы: Весь период

СОГ-1(с 6 лет)-138 часов в год

СОГ-2(с 9 лет)- 276 часов в год

СОГ-3(с 14 лет)- 276 часов в год

СОГ-4(с 17 лет)- 276 часов в год

Виды подготовки:

Теоретическая подготовка

Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Технико-тактическая подготовка

Другие виды спорта, подвижные игры, восстановительные мероприятия

Режим занятий:

Тренировочный процесс по **греко- римской борьбе** ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 46 недель.

Формы организации процесса обучения:

- групповые и теоретические занятия
- участие в спортивно - массовых мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Ожидаемый результат:

1. учащийся будет меньше болеть;
2. улучшит свои показатели в упражнениях, развивающих физические качества;
3. овладеет основами базовой техники;
4. приобретёт необходимые спортсмену психологические качества;
5. увеличит соревновательный опыт;
6. сохранит интерес к занятиям.

Ожидаемый конечный результат освоения образовательной программы:

Улучшение качества набора в группы по дополнительным предпрофессиональным программам по виду спорта «спортивная борьба» греко-римская борьба, в том числе способных и одарённых детей.

Учебно- спортивный отдел МБУ ДО ДЮСШ «Юность»