**АННОТАЦИЯ к рабочим программам, разработанным на основе Программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе**

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
|  | Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на этапе начальной подготовки 1 года обучения |
|  | Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
|  | Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
|  | Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
|  | Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
|  | Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

Рабочая Программа по греко-римской борьбе предназначена **для мальчиков 9-11 лет**, проходящих спортивную подготовку (далее спортсмены) в группе начальной подготовки 1 года обучения, продолжительностью 1 год.

 **Тренер-преподаватель:Цай А.Ю.**

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 2 академических часа (6 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 1 год |
| Теоретическая подготовка | **9** |
| Общая физическая подготовка | **117** |
| Специальная физическая подготовка | **39** |
| Технико-тактическая подготовка | **51** |
| Психологическая подготовка | **7** |
| Восстановительные мероприятия | **-** |
| Инструкторская и судейская практика |  |
| Участие в соревнованиях | **1** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем процентов, часов | **224** |

**АННОТАЦИЯ к рабочим программам, разработанным на основе Программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе**

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на этапе начальной подготовки 1 года обучения |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

Рабочая Программа по греко-римской борьбе предназначена **для мальчиков 8-10 лет**, проходящих спортивную подготовку (далее спортсмены) в группе начальной подготовки 1 года обучения, продолжительностью 1 год.

 **Тренер-преподаватель:Цай А.Ю.**

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 2 академических часа (6 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 1 год |
| Теоретическая подготовка | **9** |
| Общая физическая подготовка | **117** |
| Специальная физическая подготовка | **39** |
| Технико-тактическая подготовка | **51** |
| Психологическая подготовка | **7** |
| Восстановительные мероприятия | **-** |
| Инструкторская и судейская практика |  |
| Участие в соревнованиях | **1** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем процентов, часов | **224** |

**АННОТАЦИЯ к рабочим программам, разработанным на основе Программы спортивной подготовки по греко-римской борьбе**

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на этапе начальной подготовки 1 года обучения |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

Рабочая Программа по греко-римской борьбе предназначена **для мальчиков и подростков 10-13 лет**, проходящих спортивную подготовку (далее спортсмены) в группе начальной подготовки 1 года обучения, продолжительностью 1 год.

 **Тренер-преподаватель: Савченко С.И.**

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 2 академических часа (6 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 1 год |
| Теоретическая подготовка | **11** |
| Общая физическая подготовка | **137** |
| Специальная физическая подготовка | **46** |
| Технико-тактическая подготовка | **61** |
| Психологическая подготовка | **8** |
| Восстановительные мероприятия | **-** |
| Инструкторская и судейская практика |  |
| Участие в соревнованиях | **1** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем процентов, часов | **264** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на этапе **начальной подготовки 2 года обучения** |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (336 часов)**

**Контингент обучающихся**: мальчики 11-13 лет

 **Тренер-преподаватель:** Цай А.Ю.

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 3 академических часа (9 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 2 год |
| Теоретическая подготовка | **10** |
| Общая физическая подготовка | **134** |
| Специальная физическая подготовка | **58** |
| Технико-тактическая подготовка | **91** |
| Психологическая подготовка | **17** |
| Восстановительные мероприятия | **20** |
| Инструкторская и судейская практика | **3** |
| Участие в соревнованиях | **3** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем процентов, часов | **336** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на **этапе начальной подготовки 3 года обучения** |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (333 часа)**

**Контингент обучающихся**: подростки 12 лет

 **Тренер-преподаватель:** Ковалев А.В.

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 3 академических часа (9 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 3 год |
| Теоретическая подготовка | **10** |
| Общая физическая подготовка | **133** |
| Специальная физическая подготовка | **57** |
| Технико-тактическая подготовка | **90** |
| Психологическая подготовка | **17** |
| Восстановительные мероприятия | **20** |
| Инструкторская и судейская практика | **3** |
| Участие в соревнованиях | **3** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем процентов, часов | **333** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на **этапе начальной подготовки 3 года обучения** |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (336 часов)**

**Контингент обучающихся**: подростки и юноши 12-15 лет

 **Тренер-преподаватель:** Мягков А.Л.

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 3 академических часа (9 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 3 год |
| Теоретическая подготовка | **10** |
| Общая физическая подготовка | **134** |
| Специальная физическая подготовка | **58** |
| Технико-тактическая подготовка | **91** |
| Психологическая подготовка | **17** |
| Восстановительные мероприятия | **20** |
| Инструкторская и судейская практика | **3** |
| Участие в соревнованиях | **3** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем часов | **336** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на **этапе начальной подготовки 3 года обучения** |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (336 часов)**

**Контингент обучающихся**: подростки и юноши 12-15 лет

 **Тренер-преподаватель:** Оганесян А.Г.

 **Режим занятий**: 3 раза в неделю по 3 академических часа (9 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки |
| 3 год |
| Теоретическая подготовка | **10** |
| Общая физическая подготовка | **134** |
| Специальная физическая подготовка | **58** |
| Технико-тактическая подготовка | **91** |
| Психологическая подготовка | **17** |
| Восстановительные мероприятия | **20** |
| Инструкторская и судейская практика | **3** |
| Участие в соревнованиях | **3** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем часов | **336** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на тренировочном этапе подготовки 1 года обучения |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (447 часов)**

**Контингент обучающихся**: подростки 13-14 лет

 **Тренер-преподаватель:** Мягков А.Л.

 **Режим занятий**: 4 раза в неделю по 3 академических часа (12 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Тренировочный этап подготовки |
| 1 год |
| Теоретическая подготовка | **18** |
| Общая физическая подготовка | **112** |
| Специальная физическая подготовка | **97** |
| Технико-тактическая подготовка | **134** |
| Психологическая подготовка | **23** |
| Восстановительные мероприятия | **35** |
| Инструкторская и судейская практика | **10** |
| Участие в соревнованиях | **18** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем часов | **447** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |
| --- | --- |
| Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
| Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на тренировочном этапе подготовки 1 года обучения |
| Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
| Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
| Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
| Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (530 часов)**

**Контингент обучающихся**: подростки 13-17 лет

 **Тренер-преподаватель:** Савченко С.И.

 **Режим занятий**: 4 раза в неделю по 3 академических часа (12 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Тренировочный этап подготовки |
| 1 год |
| Теоретическая подготовка | **21** |
| Общая физическая подготовка | **134** |
| Специальная физическая подготовка | **114** |
| Технико-тактическая подготовка | **160** |
| Психологическая подготовка | **27** |
| Восстановительные мероприятия | **42** |
| Инструкторская и судейская практика | **11** |
| Участие в соревнованиях | **21** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем часов | **530** |

**Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки**

Программа спортивной подготовки по виду спорта борьба греко-римская (далее Программа) МБУДОДЮСШ разработана в соответствии с:

* + Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
	+ Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 марта 2013 г. №145, разработанным на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
	+ Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Цель Программы | Единая система подготовки спортсменов-борцов |
|  | Этапы реализации Программы | Реализация Программы спортивной подготовки на тренировочном этапе подготовки 1 года обучения |
|  | Срок реализации Программы | В соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки |
|  | Основная функция Программы | Спортивная подготовка |
|  | Вспомогательные функции Программы | Физическое образованиеФизическое воспитание |
|  | Результат реализации Программы | Максимальная реализация духовных и физических возможностей, достижение определенного спортивного результата.  |
|  | Финансирование | Муниципальное задание – услуга спортивная подготовка (из расчета 52 недели в году) |

**Срок реализации рабочей Программы – 1 год (447 часов)**

**Контингент обучающихся**: подростки 12-14 лет

 **Тренер-преподаватель:** Ковалев А.В.

 **Режим занятий**: 4 раза в неделю по 3 академических часа (12 часов в неделю)

**Учебный план подготовки (в часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы подготовки | Тренировочный этап подготовки |
| 1 год |
| Теоретическая подготовка | **18** |
| Общая физическая подготовка | **113** |
| Специальная физическая подготовка | **96** |
| Технико-тактическая подготовка | **134** |
| Психологическая подготовка | **23** |
| Восстановительные мероприятия | **35** |
| Инструкторская и судейская практика | **10** |
| Участие в соревнованиях | **18** |
| Врачебный и медицинский контроль | **2 раза в год** |
|  Общий объем часов | **447** |

АННОТАЦИЯ к рабочим программам, на основе дополнительной общеразвивающей программы «Спортивная борьба»

#  Рабочая программа *является частью дополнительной общеразвивающей программы «Спортивная борьба»* физкультурно-спортивной направленности.

Необходимость разработки данной программы стала актуальной в связи с всё большим количеством детей, младшего школьного возраста, желающих заниматься спортивной борьбой. На момент составления программы, подобных методических разработок не существовало, хотя потребность в них была, так как существующая программа для детей с 10 лет оказалась слишком сложной для младших школьников в силу их возрастных и психологических особенностей.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки, применяемые для начальной

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и воспитательной работы, преследует **цель**: ***содействовать всестороннему, гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья детей***.

 В программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы, по отбору, комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и от специфических особенностей занимающихся.

При наборе в группу принимаются все желающие, не имеющие ограничений по здоровью. Отсев осуществляется в течение учебного года.

 **Возраст детей:**  7-10 лет.

 **Срок реализации рабочей программы** – 1 год.

 **Тренер-преподаватель –Савченко С.И.**

 **Ожидаемые результаты: *Обеспечить разностороннее физическое развитие и укрепить здоровье обучающихся, посредством занятий спортивной борьбой.***

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке; овладение теоретическими знаниями.

Для подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы кроме внутренних соревнований, учащиеся могут в зависимости от показываемых результатов участвовать в городских и краевых соревнованиях в соответствии с планом работы спортивной школы.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН (46 недель)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел образовательной области | часы |
| 1 | Теория и методика физической культуры и спорта | 16 |
| 2 | Общая и специальная физическая подготовка | 72 |
| 3 | Избранный вид спорта и техническая подготовка | 118 |
| 4 | Другие виды спорта и подвижные игры | 22 |
| 5 | Тактическая и психологическая подготовка | 36 |
| 6 | Переводные испытания *(время на проведение входит в общее время на проведение соответствующей предметной области)* |  |
|  **ИТОГО:** | **264** |

**АННОТАЦИЯ к рабочей программе, разработанной на основе дополнительной общеразвивающей программы «Тхеквондо»**

Рабочая программа является частью дополнительной общеразвивающей программы «Тхеквондо» и направлена на формирование характерных особенностей подготовки юных спортсменов как единого непрерывного процесса. Рекомендуемая преимущественная направленность тренировочного процесса определяется с учетом благоприятных фаз возрастного развития физических качеств.

Предлагаемая программа по дзюдо не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психических качеств и способностей, которые позволят осваивать навыки борьбы дзюдо.

 Правовые вопросы данной программы регламентируются различными законами и нормативными актами, к которым относятся отдельные статьи закона "О физической культуре и спорте в РФ", Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минобрнауки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», СанПиН 2.4.4.3172-14.

Предлагаемая программа по тхеквондо не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психических качеств и способностей, которые позволят осваивать навыки тхеквондо .

Правовые вопросы данной программы регламентируются различными законами и нормативными актами, к которым относятся отдельные статьи закона "О физической культуре и спорте в РФ", Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минобрнауки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», СанПиН 2.4.4.3172-14.

**Цель общеразвивающей программы**: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством занятий тхеквондо, воспитание гармоничной, социально активной личности.

**Контингент обучающихся :** 7-15 лет (с.Стефанидинодар);

8-17 лет (с.Займо-Обрыв)

**Тренер-преподаватель**: Каплин Е.В.

**Срок реализации**: 1 год (224 часа) **Режим занятий:** 3 раза в неделю по 2 часа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Раздел подготовки** | **Спортивно-оздоровительный этап** |
| **1.** | Общая физическая подготовка | 127 |
| **2.** | Специальная физическая подготовка | 66 |
| **3.** | Технико-тактическая подготовка | 22 |
| **4.** | Теоретическая подготовка | 5 |
| **5.** | Психологическая подготовка | 4 |
| **9.** | Медицинское обследование | Два раза в год |
|  | **Общее количество часов** | **224** |

 **Ожидаемы результаты**: Обеспечить разностороннее физическое развитие и укрепить здоровье обучающихся, посредством занятий тхеквондо.