

Аннотация

к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «гиревой спорт»

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «гиревой спорт» предназначена для организации образовательной деятельности с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «гиревой спорт».

Программа предназначена для тренеров-преподавателей, является основным документом учебно-тренировочной, методической и воспитательной работы в спортивной школе. Она раскрывает весь комплекс предметных областей обучения и тренировочных занятий в спортивной школе.

Подготовка гиревиков спортсменов представляет собой единую систему, все составные части которой взаимосвязаны и обусловлены достижением главной цели.

Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение обучающимися образовательных знаний, умений и навыков по гиревому спорту, но и обеспечение организации содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на этапах спортивной подготовки, отбору и комплектованию групп в зависимости от возраста, уровня развития физических психофизических качеств и специальных способностей лиц, проходящих спортивную подготовку.

Этапы подготовки в гиревом спорте формируются в соответствии с федеральными государственными требованиями, особенностей формирования групп и определения объема недельной тренировочной нагрузки обучающихся.

Срок обучения по Программе осуществляется по следующим этапам подготовки:

- этап начальной подготовка - до 3 лет;
- учебно-тренировочный этап - до 5 лет;

этап совершенствования спортивного мастерства – не ограничивается. Главным отличием данных этапов является возраст и подготовленность спортсменов, зачисляемых на тот или иной этап подготовки, в ту или иную

группу подготовки. Для зачисления дети проходят тестирование по показателям физического развития и общей физической подготовленности.

Учебные группы для занятий гиревым спортом комплектуются с учетом возраста и спортивной подготовленности занимающихся. Возраст поступающих и занимающихся должен, как правило, соответствовать требованиям к возрасту и уровню спортивной и физической подготовленности, изложенным в нормативных правовых документах, регулирующих деятельность организаций, осуществляющих спортивную подготовку. После каждого года обучения занимающиеся сдают предусмотренные программой нормативы.

Основная направленность образовательной программы выражается в выявлении и развитии способностей каждого учащегося, формирование богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей личности, способной адаптироваться к условиям современной жизни.

Учебный план по программе содержит: план учебного процесса, включающий теоретические и практические занятия по предметным областям, участие в физкультурных и спортивных мероприятиях, отражает самостоятельную работу обучающихся, формы контроля и аттестации; медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия; инструкторская и судейская практика. Годовой учебный план рассчитывается на 52 недели в год, из них 46 недель тренировочной работы и дополнительно 6 шесть недель может осуществляться по индивидуальным планам занимающихся, проходящих спортивную подготовку, на тренировочных сборах, в том числе, в переходном (восстановительном) периоде с выбором средств активного отдыха.

Учебный год начинается с 1 сентября и длится по 31 августа, без учета каникул.

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации Программы по гиревому спорту измеряется в астрономических часах (60 минут).

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки - двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов.