Аннотация к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «вольная борьба»

Программа предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов и руководителей Государственного учреждения дополнительного образования «Забайкальский краевой центр физической культуры и спорта» (далее-программа). Она является документом, регламентирующим образовательную, тренировочную и воспитательную работу по виду спорта «Спортивная борьба (вольная борьба)». Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Данная программа составлена в соответствии и с учетом основных положении и требований нормативных и правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 11.01.2023);
- Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (редакция от 28.12.2022);
- Федерального закона от 30.04.2021 №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» пункта «ж»(24^1);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...") (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 30.11.2022 № 1091 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба (вольная борьба)»;
- Устава ГУ ДО «Забайкальский краевой центр физической культуры и спорта».

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «**спортивная борьба (вольная борьба)**» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по спортивной борьбе с учетом совокупности

минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «**спортивная борьба (вольная борьба)**», утвержденным приказом Минспорта России от 30.11. 2022 года № 1091 (далее – ФССП).

Целью программы является достижение спортивных результатов по вольной борьбе на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба (вольная борьба)».

Предметом программы является осуществление учебно-тренировочного процесса по виду спорта «спортивная борьба (вольная борьба)» на основании государственного задания, утвержденного Министерством образования и науки Забайкальского края.

Новизна программы заключается в определении приоритетности учебно-тренировочного процесса, направленного на физическое воспитание и физическое развитие спортсменов, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях, всестороннее развитие личности обучающихся, их физических, морально-волевых и нравственных качеств.

Спортивная борьба включает в себя дисциплину «Вольная борьба (мальчики и девочки)», которая является одним из видов единоборств, где разрешены захваты ниже пояса и технические приёмы, выполняемые с помощью ног – подсечки, подножки и др.

Широкий перечень взаимных положений позволяет уже с 8-9 лет начинать занятия борьбой лежа и в партере, где к действиям не предъявляются высокиетребования по показателю скорости.

Итак, сам порядок представления видов подготовки в вольной борьбе, на наш взгляд, формирует представления о первичности и доминировании.

В учебниках по вольной борьбе виды подготовки представлены следующим образом:

- физическая подготовка борца;
- специальная физическая подготовка борца;
- техническая подготовка борца;
- тактическая подготовка борца;
- психологическая подготовка борца;
- теоретическая подготовка борца.

Если учесть тот факт, что основная масса детей идет на вольную борьбу ради освоения техники выполнения приемов, то начинать изучение

техническим элементам с общей физической подготовки нецелесообразно, поскольку многие дети теряют интерес к такой борьбе и покидают секции. Целесообразней было бы вести разговор об общефизической подготовке как важнейшем факторе, компенсирующим школьные недостатки двигательного развития в этом возрасте. При этом общеразвивающие упражнения не должны доминировать над приемами борьбы так, как это имеет место в существующих программах по вольной борьбе. Специальную физическую подготовку (СФП) нельзя начинать до освоения срединных структур приемов борьбы, поскольку упражнения по СФП предназначены для повышения скорости, силы и выносливости в процессе выполнения техники приемов борьбы.

Тактическая подготовка начинается после освоения техники приемов в стабильных условиях, с постепенным введением типовых ситуаций поединка.

Психологическая подготовка ведется с целью повышения у спортсменов способности к реализации приобретенных умений в психострессорной ситуации поединка.

Исходя из вышеизложенного, можно заключить, что спортивная борьба (вольная в частности) является достаточно сложным видом спортивной деятельности, где наиболее важным и первоочередным является техническая и тактическая подготовка.

Расписание тренировочных занятий составляется администрацией ГУ ДО «ЗКЦФКиС» по представлению тренера-преподавателя в целях определения более благоприятного режима занятий, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях с учетом возрастных особенностей детей.

В конце учебного года проводится аттестация обучающихся, включающая в себя контрольно-переводные нормативы по общей физической и специальной физической подготовке с анализом динамики результатов тестов, проводимых в сентябре и мае.