

**Описание дополнительных образовательных программ
спортивной подготовки
МБУ ДО «СШОР борьбы «Созвездие»**

Учебный процесс в МБУ ДО «Спортивная школа олимпийского резерва борьбы «Созвездие» (далее «СШОР борьбы «Созвездие»)) строится на основе дополнительных образовательных программах спортивной подготовки, разработанных педагогическим коллективом школы.

Все программы адаптированы к условиям функционирования «СШОР борьбы «Созвездие»: тренерско-преподавательский состав, информационно-техническое оснащение, материально-техническая база, возрастные особенности обучающихся и др. Актуальность программ состоит в том, что они составлены с учетом последних научно – методических разработок, а также действующих правил по видам спорта.

«СШОР борьбы «Созвездие» работает по программам:

- Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Дзюдо»
- Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Самбо»
- Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная борьба»
- Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Сумо»

Основными задачами реализации программ являются:

- привлекать максимально возможное число детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом, направленным на укрепление здоровья, развитие их личности, уважение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;
- расширять знания в области спорта;
- выявлять и поддерживать детей, проявивших выдающиеся способности;
- пропагандировать, популяризировать и развивать спорт в городе Дзержинск Нижегородской области;
- привлекать к специализированной спортивной подготовке оптимальное число перспективных спортсменов для достижения ими высоких результатов;
- воспитывать гражданственность, трудолюбие, уважение к правилам и свободам человека, окружающей природе, семье, Родине, государственной символике;
- адаптировать обучающихся к жизни в обществе.

В основу отбора и систематизации материала положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

Программы направлены на:

- отбор одаренных обучающихся;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития обучающихся;

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Программы соответствуют федеральным государственным требованиям и учитывают:

- требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта;
- возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Программы регламентируют организацию и планирование учебно-тренировочного процесса. В МБУ ДО «СШОР борьбы «Созвездие» осуществляется очная форма обучения, занятия проходят в спортивных залах, в групповой форме занятий.

Дополнительные образовательные программы по видам спорта дзюдо, самбо, сумо, спортивная борьба проработаны большим количеством теоретического материала, на достаточно высоком теоретическом и методологическом уровне разработаны учебные планы, годовые графики распределения учебных часов для разных групп подготовки. Данные программы содержат научно обоснованные рекомендации по структуре и организации тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки. Программный материал объединен в целостную систему поэтапной спортивной подготовки и воспитательной работы. В программах раскрывается вопрос по организации и планированию учебно-тренировочной работы на разных ее этапах (технической, теоретической, психологической), отбору, комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и от особенностей занимающихся. Представлены контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП, их оценка физической подготовленности.