

**Паспорт**  
**дополнительной образовательной программы спортивной**  
**подготовки по виду спорта «спортивная борьба» (греко-римская борьба)**

<b>Название программы</b>	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба» (греко-римская борьба) этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап
<b>Составитель программы</b>	Лобовкина Е.Л., методист МКУ ДО «ЦФКСиЗ» г.Перми.
<b>Дата утверждения</b>	09.11.2023 г., пр. № 059-08/6-01/4-53
<b>Вид программы</b>	Дополнительная общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта
<b>Направленность программы</b>	Физкультурно-спортивная
<b>Продолжительность реализации программы</b>	8 лет
<b>Возраст детей</b>	7 -18 лет
<b>Цель и задачи программы</b>	<p><b>Цель Программы:</b> достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки</p> <p><b>Задачи начального этапа подготовки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;</li> <li>- укрепление здоровья и содействие гармоничному развитию организма спортсменов;</li> <li>- всестороннее гармоничное воспитание физических качеств;</li> <li>- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;</li> <li>- освоение основ техники волейбола; - освоение основ тактики волейбола;</li> <li>- адаптация к игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>- выявление перспективных юных волейболистов для дальнейших занятий волейболом.</li> </ul> <p><b>Задачи тренировочного этапа спортивной подготовки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение уровня общей и специальной физической, технической,</li> <li>тактической и психологической подготовленности;</li> <li>- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «волейбол»;</li> <li>- формирование спортивной мотивации;</li> <li>- укрепление здоровья спортсменов.</li> </ul>
<b>Этапы освоения программы</b>	Этап начальной подготовки, Учебно-тренировочный этап (этап спортивной

<p><b>Аннотация программы</b></p>	<p>специализации).</p> <p>Программа разработана на основании Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба», утвержденного приказом Минспорта России от 30.11.2022 № 1091; примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "спортивная борьба ", утвержденной приказом Минспорта России от 14.12.2022 № 1221)</p> <p>Спортивная борьба является международным видом единоборств, включённым в программу Олимпийских игр. Борьба проходит по правилам, утвержденным Международной федерацией ассоциированных стилей борьбы (ФИЛА).</p> <p>Цель ее – положить противника на лопатки или победить по очкам. Греко-римская борьба является одним из видов единоборств, в которой запрещены захваты ниже пояса и технические приемы, выполняемые с помощью ног – подсечки, подножки и др.</p> <p><i>Программа рассчитана на 8 лет обучения:</i>  Этап начальной подготовки до года – 1 год  Этап начальной подготовки свыше 1 года - 3 года  Учебно - тренировочный этап до 2 лет – 2 года  Учебно - тренировочный этап свыше 2 лет – 2 года  Образовательный процесс ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.</p> <p>Основными формами тренировочного процесса являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные), в том числе с использованием дистанционных технологий;</li> <li>- учебно-тренировочные мероприятия (тренировочные сборы);</li> <li>- самостоятельная подготовка по индивидуальным планам, в том числе с использованием дистанционных технологий;</li> <li>- спортивные соревнования;</li> <li>- контрольные мероприятия;</li> <li>- инструкторская и судейская практики;</li> <li>- медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.</li> </ul>
-----------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------