

## **АННОТАЦИЯ**

### **к дополнительной предпрофессиональной программе по гиревому спорту.**

Дополнительная предпрофессиональная программа по гиревому спорту (далее – Программа) разработана для муниципального учреждения дополнительного образования «Сретенская детско-юношеская спортивная школа» и рассчитана на 8 лет.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273- ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта по группе видов спорта «циклические, скоростно-силовые виды спорта и многоборья» и к срокам обучения по этим программам, учитывают требования федерального государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта гиревой спорт возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Программа составлена для следующих этапов подготовки:

- этап начальной подготовки до года и свыше года обучения;
- тренировочный этап до двух лет и свыше двух лет обучения.

Годичный цикл в Программе рассчитан на 46 недель учебных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и 6 недель работы по индивидуальным планам и в спортивно-оздоровительных лагерях.

Планирование годичного цикла тренировки зависит от задач конкретного этапа подготовки, календаря спортивно-массовых мероприятий и сроков проведения основных стартов года.

Структура Программы составлена в соответствии с требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации № 730 от 13.09.2013 года.

Структура рабочих программ содержит следующие предметные области:

- титульный лист;
- пояснительная записка;
- нормативная часть;
- учебный план;
- методическая часть;
- система контроля и зачетные требования;
- перечень информационного обеспечения.

Программа учитывают особенности подготовки обучающихся по виду спорта гиревой спорт, в том числе:

- построение процесса подготовки в строгом соответствии со спецификой соревновательной деятельности в избранном виде спорта, дисциплине вида спорта (при наличии);
- преемственность технической, тактической, физической, психологической подготовки в избранном виде спорта;
- повышение уровня специальных скоростно-силовых качеств и совершенствование специальной выносливости;
- использование оптимальных объемов специальной подготовки, моделирующей соревновательную деятельность.

Результатом освоения Программы по предметной области является комплекс контрольных упражнений, которые дают оценку развития основных физических качеств (скоростные качества, скоростно-силовые качества, выносливость, силовые качества, координация).

Состав упражнений подбирается с учетом задач комплексной оценки уровня общей физической подготовленности на этапах многолетней подготовки.

Перевод обучающихся на последующий год обучения в ТЭ осуществляется по одному из параметров:

- при условии выполнения классификационных разрядных требований спортивных норм соответствующих этапу подготовки;
- выполнение требований контрольного тестирования по ОФП и СФП соответствующих виду спорта.