

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе, разработанной на базе дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг»

(рабочая программа является составной частью программы (раздел IV))

Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки:

- Федеральный закон от 30 апреля 2021г. №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации и Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный закон от 04.12.2007г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 "Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки";
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки», утвержденный приказом Минспорта России от 09.11.2022г. № 962;
- Уставом и локальными актами МАУДО «Спортивная школа №1».

Цели Программы	обеспечение учебно-тренировочного процесса с учетом минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг» достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки; всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание обучающихся; совершенствование спортивного мастерства посредством организации систематического участия обучающихся в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования; подготовка спортивного резерва для спортивных сборных команд Тверской области, России.
Задачи Программы	вовлечение максимального количества детей в систематические занятия спортом, выявлять склонность и пригодность детей для дальнейших занятий спортом, воспитывать устойчивый интерес к ним; формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществлении всестороннего гармоничного развития личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями детей; формирование системы специальных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной деятельности в пауэрлифтинге; воспитание морально-волевых и нравственно-этических качеств.
Этапы реализации Программы	Реализация Программы спортивной подготовки на этапе начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе
Срок реализации Программы	этапа начальной подготовки (НП) – 2-3 года; этап начальной спортивной специализации (3 года): (УТГ) этап углубленной спортивной специализации (2 года) (УТГ)
Возраст	от 10 до 18 лет

обучающихся	
Финансирование	Муниципальное задание (из расчета 52 недели в году)
Тренер-преподаватель	Майорова Виктория Валентиновна

Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	ВИДЫ ПОДГОТОВКИ И ИНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	Этапы и годы спортивной подготовки						
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (спортивная специализация)				
		До года	Свыше года	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка						
		4,5	6-8	10	12	14	16	18
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	3	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)						
		8	8	6	6	6	6	6
1.	Общая физическая подготовка	119	156-198	182	237	229	191	215
2.	Специальная физическая подготовка	70	94-136	192	224	290	358	403
3.	Техническая подготовка	35	48-62	72	69	86	108	122
4.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	5	6-8	18	19	30	33	37
5.	Инструкторская и судейская практика	-	-	12	12	22	25	28
6.	Участие в соревнованиях	-	-	26	44	51	100	112
7..	Медицинские, медикобиологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	5	8	18	19	20	17	19
Общее количество часов:		234	312/416	520	624	728	832	936