

## АННОТАЦИЯ

### к рабочей программе, разработанной на базе дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта

#### « спортивная гимнастика (девушки) »

**(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 «Спортивная гимнастика», утвержденный приказом Минспорта России от 24 декабря 2022г. № 1074;

- Устав и локальные акты МАУДО «Спортивная школа №1» .

Цели Программы	<ul style="list-style-type: none"><li>• обеспечение учебно-тренировочного процесса с учетом минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»</li><li>• достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки;</li><li>• всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание обучающихся;</li><li>• совершенствование спортивного мастерства посредством организации систематического участия обучающихся в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования;</li><li>• подготовка спортивного резерва для спортивных сборных команд Тверской области, России.</li></ul>
----------------	--

<p>Задачи Программы</p>	<p><u>Обучающие задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение комплексу специальных знаний, двигательных умений и навыков спортивной гимнастике; формирование знаний об истории развития спортивной гимнастики; формирование понятий физического и психического здоровья.</li> </ul> <p><u>Развивающие задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие моторики, формирование жизненно необходимых умений и связанных с ними элементарных знаний;</li> <li>- укрепление здоровья и закаливание организма;</li> <li>- формирование правильной осанки и профилактика её нарушения;</li> <li>- профилактика плоскостопия;</li> <li>- повышение функциональных возможностей организма;</li> <li>- укрепление опорно-двигательного аппарата;</li> <li>- повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды:</li> </ul> <p><u>Воспитательные задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание нравственных и волевых качеств в процессе занятий и формирование устойчивой привычки в самовоспитании личностных качеств;</li> <li>- приобщение занимающихся к общечеловеческим и общекультурным ценностям;</li> <li>- профилактика асоциального поведения;</li> <li>- формирование эмоционального благополучия ребенка, положительного эмоционального отклика на занятия спортом и позитивной оценки собственного «я»;</li> <li>формирование устойчивого интереса к занятиям дзюдо; воспитание навыков самостоятельной работы;</li> <li>- осуществление воспитательного процесса посредством взаимодействия тренера с семьей занимающегося;</li> <li>- формирование нравственных, эстетических и интеллектуальных качеств, а также основ знаний о гигиене.</li> </ul>
<p>Этапы реализации Программы</p>	<p>Реализация Программы спортивной подготовки на этапе начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе</p>
<p>Срок реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• этапа начальной подготовки (НП) – 1-2 года;</li> <li>• этап начальной спортивной специализации (1-3 года): (УТГ)</li> <li>• этап углубленной спортивной специализации (4-5 год) (УТГ)</li> </ul>
<p>Возраст обучающихся</p>	<p>от 6 до 18 лет</p>
<p>Финансирование</p>	<p>Муниципальное задание (из расчета 52 недели в году)</p>
<p>Тренеры-преподаватели</p>	<p>Балахнова Наиля Энверовна -  Воронина Надежда Александровна  Колмогорцева Надежда Васильевна  Бехтольд Екатерина Николаевна  Скоробогатова Любовь Николаевна  Воронина Надежда Павловна – тренер-преподаватель по хореографии  Четвертных Мария Владимировна- тренер-преподаватель по хореографии</p>

**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	6-8	10	14	14	14	18
		Максимальная продолжительность одного учебно- тренировочного занятия в часах						
		2	2	2	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)						
		10	10	6	6	6	6	6
		1.	Общая физическая подготовка	70-91	62-78	62	80	80
2.	Специальная физическая подготовка	38-50	78-110	144	201	201	182	240
3.	Участие в соревнованиях	3-6	6-8	14	18	18	58	76
4.	Техническая подготовка	117-150	151-200	262	380	380	400	514
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	3-6	6-8	14	16	16	21	28
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	6	14	14	14	18
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3-8	9-12	18	19	19	20	22
Общее количество часов:		<b>234/312</b>	<b>312/416</b>	<b>520</b>	<b>728</b>	<b>728</b>	<b>728</b>	<b>936</b>