

## **Аннотация к рабочей программе по гиревому спорту (группа этапа начальной подготовки второго года)**

Рабочая программа разработана на основе дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Гиревой спорт» МБУ Спортивная школа «Оскол», утвержденной приказом руководителя Учреждения 09 января 2023 г. приказ №1.

*Цель* - достижение высоких спортивных результатов на основе программно-целевого характера деятельности обучающихся в условиях многолетнего, круглогодичного и этапного процесса спортивной подготовки.

*Задачи:*

- укрепление здоровья, содействие разностороннему физическому развитию занимающихся;
- развитие физических способностей согласно возрастной периодизации;
- изучение техники и тактики, закрепление ранее изученных технических элементов и тактических комбинаций;
- приобретение соревновательного опыта;
- воспитание стойкого интереса к регулярным занятиям гиревым спортом;
- дальнейшее формирование спортивного коллектива.

На этапе начальной подготовки второго года обучения идет подготовка обучающихся с учётом индивидуальных особенностей спортсменов для достижения ими стабильных результатов, позволяющих войти в состав юношеской сборной спортивно школы.

На этапе начальной подготовки решаются задачи повышения общефизической и специальной подготовки обучающихся. При этом существенно повышается роль индивидуальных особенностей обучающегося, особенно в соревновательный период.

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

Основными формами осуществления учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные практические и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Аттестация обучающихся проводится в декабре в форме сдачи контрольно-переводных испытаний.

Основными видами контроля являются выполнение контрольных нормативов по общей, специальной физической, технико-технической

подготовке (тестирование), успешное выступление в соревнованиях различного ранга, выполнение норм для присвоения спортивных разрядов и спортивного звания.

Контроль общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки осуществляется в форме тестирования.

Сроки реализации программы 1 год.

Программа рассчитана на детей от 11 до 14 лет. Количество часов в год 312 ч.