

## **Аннотация к дополнительной образовательной программе спортивной подготовке по виду спорта «пауэрлифтинг».**

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке в ГБУ ДО КО «СШОР «Маршал», с учетом совокупности спортивных дисциплин вида спорта «пауэрлифтинг», минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг», утвержденным приказом Минспорта России от 09.11.2022 № 962 (далее – ФССП).

Целью Программ является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки, подготовка спортивного резерва для сборных команд Калужской области, Российской Федерации.

Задачи:

- организация учебно-тренировочного процесса, направленного на осуществление разносторонней общей физической и специальной физической подготовки;
- приобретение теоретических знаний и практического опыта, необходимых в успешной учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;
- комплексное совершенствование и проявление в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности спортсмена.

Программы спортивной подготовки разработаны для детей, подростков, молодёжи, и рассчитаны на многолетний процесс. Минимальный возраст зачисления на обучение - в соответствии с федеральными стандартами по видам спорта. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку - не ограничивается.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика учащихся.

Программа включает разделы: общие положения, характеристика дополнительной образовательной программы, система контроля, рабочая программа, особенности осуществления спортивной подготовки, условия реализации.

Раздел «Общие положения» - характеристика вида спорта.

Раздел «Характеристика дополнительной образовательной программы» - сроки реализации, объём программы, виды (формы)обучения, годовой учебно-тренировочный план, план воспитательной работы, антидопинговое обеспечение, план инструкторской и судейской практики, план медицинских и медико-биологических мероприятий.

Раздел «Система контроля» отражает контроль спортивной подготовки.

Раздел «Рабочая программа» отражает рекомендации по планированию спортивной подготовки, рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий, средства и методы спортивной тренировки, программный материал, организацию психологической подготовки, рекомендации по технико-тактической подготовке, требования техники безопасности.

Раздел «Особенности осуществления спортивной подготовки» согласно 5.1 ФССП по виду спорта.

Раздел «Условия реализации» отражает материально-технические условия, обеспечение спортивным инвентарём, оборудованием, экипировкой, кадровые условия реализации программы, а также информационно-методическое обеспечение.

Образовательная программа разработана заместителем директора Нестеровой Н.В.