|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование программы |
| 1. | **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  **СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА**  **«САМБО»**  **по этапам спортивной подготовки:**  - этап начальной спортивной подготовки;  - учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации);  - совершенствование спортивного мастерства;  **Возраст обучающихся 10-18 лет**  **Нормативный срок реализации программы: бессрочно**  Направленность (образовательная деятельность): Физкультурно-спортивная  Сведения об авторе (авторах): Лоптунов А.В. – тренер-преподаватель по борьбе МАУ ДО «ДЮСШ»  Лопатюк М.А. – заместитель директора по УВР МАУ ДО «ДЮСШ»  Докаленко А.А. – инструктор-методист МАУ ДО «ДЮСШ»  Данная программа спортивной подготовки составлена в соответствии с:  - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);  - Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);  - Приказ Минспорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных команд Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);  - Приказ Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (с изменениями и дополнениями);  - Приказ Минздрава России от 23.10.2020 № 1144-н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий» (с изменениями и дополнениями);  - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».  Возраст обучающихся: 10-18 лет  Срок реализации: бессрочно  Аннотация к программе:  **Цель программы:** Целью реализации Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.  Достижение поставленной цели предусматривает решение основных задач: оздоровительные, образовательные, воспитательные, спортивные.  **Требования к результатам прохождения Программы,**  **в том числе к участию в спортивных соревнованиях**  **На этапе начальной подготовки:**  - изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;  - повысить уровень физической подготовленности;  - овладеть основами техники вида спорта «самбо»;  - получить общие знания об антидопинговых правилах;  - соблюдать антидопинговые правила;  - принять участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;  - ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;  **- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго для спортивных дисциплин, содержащих в своем названии словосочетание «весовая категория»;**  - получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на учебно-тренировочной этап (этап спортивной специализации).  **На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):**  - повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;  - изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «самбо» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;  - соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;  - изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;  - овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «самбо»;  - изучить антидопинговые правила;  - соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;  - ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;  - принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования **на первом, втором и третьем году;**  - принимать участие в официальных спортивных соревнованиях **не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;**  - получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.  **На этапе совершенствования спортивного мастерства:**  - повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;  - соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;  - приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;  - овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта "самбо";  - выполнить план индивидуальной подготовки;  - закрепить и углубить знания антидопинговых правил;  - соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;  - ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;  - высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;  - показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда "кандидат в мастера спорта" не реже одного раза в два года;  - принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;  - получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.  **Перечень методических приложений к программе:** специальная и учебная литература. |