

## Аннотация

к дополнительной общеразвивающей программе  
по виду спорта «Спортивная борьба ( дисциплина - греко-римская борьба)  
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования  
«Спортивная школа «Олимпиец»

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта « Спортивная борьба », (дисциплина греко-римская борьба), разработана в соответствии разработана с учетом основных положений и требований нормативных документов:  
- Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;  
- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;  
- Федерального закона от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;  
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Спортивная борьба - вид спорта, заключающийся в единоборстве двух спортсменов по определённым правилам, с применением различных приёмов (захватов, бросков, переворотов, подсечек и т. п.), в котором каждый из соперников пытается положить другого на лопатки и победить. От других единоборств борьба отличается почти полным отсутствием техники нанесения ударов по противнику различными частями тела.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Годовой учебный план рассчитан на 40 недель, годовая нагрузка составляет 240 часов.

Недельная нагрузка 6 часов (3 раза в неделю по 2 академических часа с переменной 10 минут).

Возраст лиц, проходящих спортивную подготовку от 6 лет.

Целью Программы является привлечение детей к регулярным занятиям физической культурой посредством организованных занятий спортивной борьбой.

Задачи программы:

Образовательные: формирование необходимых теоретических знаний; обучение технике и тактике спортивной борьбы, обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Воспитательные: воспитание моральных и волевых качеств, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи, формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивной борьбой, формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Развивающие: развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно- силовых, координационных, выносливости, гибкости), повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта, совершенствование навыков и умений в спортивной борьбе.

Занятия могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом.

По типу занятия могут быть: комбинированными, практическими, контрольными, тренировочными, теоретическими, диагностическими. При

реализации Программы могут быть использованы различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение с учетом требований, установленных законодательством РФ.

Программа содержит следующие разделы:

1. Пояснительная записка
2. Учебный план, календарный учебный график.
3. Содержание программы .
4. Методическое обеспечение.
5. Диагностический инструментарий
6. Список литературы.