

Рецензия

на программу по спортивной подготовке в области физической культуры и спорта по виду спорта «пауэрлифтинг».

Программа разработана в бюджетном учреждении г.Омска «Спортивная школа «Крутая горка»: директор – Евтин С.М, зам.директора по УВР – Титаренко Л.Е, инструктор-методист- Заметня Т.В., тренер-преподаватель- Плесовских Ю.А.

Программа реализуется в сфере дополнительного образования детей и соответствует Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, с учетом требований Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта. Программа рассчитана на широкий контингент занимающихся, продолжительность программы 8 лет, минимальный возраст зачисления на программу обучения 10 лет. Предельный возраст реализации программы 18 лет. Программа имеет существенные отличия от программ по физической культуре в общеобразовательных школах более углубленным изучением характера физкультурно-спортивной деятельности в скоростно-силовых видах спорта (на примере пауэрлифтинга).

Данная программа представляется очень актуальной в контексте модернизации структуры физкультурного образования и воспитания детей и подростков. Она формирует целостный подход к основным задачам общеразвивающей подготовки в рамках физкультурно-спортивной деятельности.

Программа представляет собой законченную, целостную работу, выполненную в соответствии с требованиями. Программа состоит из 5 частей и приложения.

В пояснительной записке достаточно полно раскрыты цель и задачи данной программы. Указаны основные направления реализации данной программы, возраст обучающихся и формы организации занятий, продолжительность и основная направленность этапов подготовки, целевые результаты освоения данной программы.

Программа содержит обширную и подробную содержательную часть. В процессе реализации программы обучающиеся смогут получить обширные знания и овладеть умениями и навыками в области скоростно-силовых видов спорта. Акцент в данной программе сделан на изучение такого вида спорта, как пауэрлифтинг, что по нашему мнению является обоснованным. Данный вид спорта может служить базовым для всех скоростно-силовых видов, особенно в его классическом варианте. При занятиях этим видом спорта основная направленность воздействий равномерно задействует все мышечные группы, дает базовые навыки общих для всех видов спорта силовых упражнений и позволяет гармонично развивать занимающихся.

Программа в полном объеме содержит все основные компоненты, которые грамотно согласованы друг с другом. Программа изложена простым, понятным, но в тоже время научным языком. Содержание программы во многом определяется нормативными требованиями федеральных стандартов, но можно сказать, что они грамотно адаптированы к возможностям и специфике конкретного образовательного учреждения.

В процессе реализации данной программы обучающиеся получат возможность расширить свои возможности по реализации индивидуальных склонностей и задатков не только в сфере физической культуры, но и в коммуникации со сверстниками, реализации творческих умений и навыков самоорганизации и самообразования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Рецензируемая программа составлена в соответствии с современным уровнем развития теории и методики спорта, учитывая законодательные и нормативные требования к организации процесса спортивной подготовки.

Рецензент :

Председатель ОРСОО

«Федерация пауэрлифтинга Омской области»

С.В.Матук

03.12.2019г.

