

## Рецензия

на дополнительную образовательную программу по спортивной подготовке по виду спорта «лыжные гонки»

Рецензируемый документ «Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» (далее – Программа) разработан специалистами Бюджетного учреждения дополнительного образования города Омска «Спортивная школа «Крутая горка», в соответствии с законодательными и нормативными актами в области физической культуры и спорта. Программа составлена на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки», утвержденного приказом Минспорта от 17.09.2022 № 733 и приказом «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки» от 24.10.2022г. Срок реализации программы: этап начальной подготовки - 3 года, тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 5 лет, этап совершенствования спортивного мастерства – без ограничений и этап высшего спортивного мастерства – без ограничений.

В документе представлена модель построения многолетней подготовки спортсменов по лыжным гонкам, как в обобщенном виде, так и через соответствующее определение последовательности изучения программного материала. Структура программы соответствует установленным требованиям. Все структурные разделы верно взаимодействуют между собой, определяя содержания и методику организации всего сложного и многогранного процесса подготовки по лыжным гонкам на различных этапах подготовки, от начального обучения до тренировочного (этапа спортивной специализации). Благодаря этому создаются условия для реализации педагогических принципов последовательности и непрерывности организации многолетнего процесса тренировки, обеспечивается преемственность в реализации задач спортивной подготовки, в том числе задач укрепления и сохранения здоровья спортсменов, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Содержание Программы раскрывает основные параметры и основополагающие принципы подготовки лыжников-гонщиков в процессе многолетней тренировки. Включает нормативные требования к объемам тренировочной и соревновательной деятельности, методические рекомендации по теоретической, общефизической, специальной физической, тактико-технической и психологической подготовке спортсменов. Также

программа включает систему участия в соревнованиях, планирования инструкторской и судейской практики. Программный материал разработан с учетом закономерности спортивной подготовки, теории и методики формирования личностной физической культуры спортсменов. Можно отметить содержательную составляющую раздела «Система контроля и зачетные требования» который содержит:

- критерии подготовки, подходящих спортивную подготовку, на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств на результативность;

- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;

- комплекс контрольно-переводных нормативов по годам подготовки;

- комплекс контрольных упражнений для оценки общефизической, специальной и технической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку;

- методические указания по организации проведения контрольно-переводных и итоговых испытаний;

Все компоненты раздела базируются на основополагающих принципах теории и методики спортивной тренировки.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

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

Рецензент

Заместитель Председателя  
ООРООО «ФЛГР»  
Мастер спорта России



А.В. Усатов