

Аннотация
дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
по виду спорта «рукопашный бой»

Программа предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по виду спорта «рукопашный бой».

Целью рабочей 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. Программа направлена на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся по средствам организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд.

Тренировочный процесс построен по циклу круглогодичной тренировки.

Программа рассчитана на 52 недели в год. Распределение часов по спортивной подготовке представлено в годовом календарном учебно-тренировочном графике. Программный материал для учебно-тренировочных занятий описан по видам спортивной подготовки и представлен в тематическом планировании.

Требования к результатам прохождения программы:

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «рукопашный бой»;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «рукопашный бой»;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- укрепление здоровья. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу.