



**Муниципальное автономное учреждение города Нижневартовска
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»
(МАУ г. Нижневартовска «СШОР»)**



УТВЕРЖДЕНО

Директор

МАУ г. Нижневартовска «СШОР»

К.С. Березин

**ПРОГРАММА
по виду спорта СПОРТИВНАЯ БОРЬБА
для спортивно-оздоровительных групп**

**Срок реализации программы: весь период
Минимальный возраст для зачисления: 6 лет**

Подготовили: Халитов В.Р. (тренер), Балакишиев Т.Т. (тренер)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по спортивной борьбе (греко-римской борьбе, вольной борьбе) для спортивно-оздоровительной группы первого года обучения для муниципального автономного учреждения г. Нижневартовска «Спортивной школы олимпийского резерва», разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 25.12.2018) «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями).

В данной программе представлена модель построения системы тренировки, примерный тематический тренировочный план на год, варианты распределения тренировочных занятий в недельном микроцикле в зависимости от периода и условий подготовки. В этих документах определена общая последовательность изучения программного материала, что позволит тренерам придерживаться в своей работе единого стратегического направления в тренировочном процессе.

Цель программы - внести желательные изменения в опыт, понимание (образ мышления) и поведение (образ жизни) занимающихся. В тренировочном процессе объединяются воспитание и развитие, обеспечивающие готовность личности к выполнению социальных и профессиональных задач. В тренировочном процессе индивид осваивает систему ценностей, знаний, умений и навыков, соответствующих его интересам и общественным ожиданиям.

Рабочая программа по спортивной борьбе составлена для муниципального автономного учреждения город Нижневартовска «Спортивная школа олимпийского резерва» на основе типовой программы «Спортивная борьба».

В данной программе представлены нормативные требования по физической, научно-методические разработки по спортивной борьбе отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки спортивно-оздоровительных групп.