

**Положение о проведении образовательной программы Центра «Асториум»
по направлению «Спорт»
«Спортивная борьба»**

1. Положение о проведении смены «Спортивная борьба» (далее – Смена) регионального центра выявления, поддержки и развития способностей и талантов детей и молодежи «АСТОРИУМ» (далее – Центр) определяет цели, задачи, порядок организации и проведения смены, планируемые результаты, ресурсное обеспечение, порядок участия в отборочных испытаниях, сроки и продолжительность смены «Спортивная борьба», возраст участников, условия проживания участников смены.

2. Краткое содержание курса

Данный раздел содержит текстовое описание курса программы,

Курс включает в себя:

укрепление интереса к занятиям спортивной борьбой;

усвоение информации об истории развития спортивной борьбы в СССР, России и за рубежом;

информирование о причинах и целях развития спортивной борьбы, как вида спорта, о

воспитательном и прикладном её значении;

усвоение знаний о Единой спортивной классификации, спортивных разрядах и званиях;

дальнейшее укрепление здоровья, увеличения функциональных возможностей организма и

закаливание спортсменов;

повышение уровня общей, специальной физической и психической подготовленности борцов;

закрепление знаний о мерах безопасности при занятиях спортивной борьбой, правилах поведения

в спортивных залах и сооружениях и закрепление навыков их практического выполнения;

расширение и углубление знаний о технической подготовке, расширение ее вариативности и

совершенствование коронных приемов;

увеличение специализированной тренировочной нагрузки (количество учебно-тренировочных и

соревновательных схваток, подводящих упражнений, режимов выполнения тренировочных

заданий и сокращение интервалов отдыха);

совершенствование выполнения коронных приемов;

общее ознакомление с основными психическими процессами, лежащими в основе эффективности

выполнения коронных приемов, технических связей и технико-тактических действий в

тренировочных и соревновательных условиях;

развитие внутреннего контроля (умение «слушать и настраивать себя») в процессе выполнения

подготовки и участия в соревнованиях;

ознакомление с понятием «самоконтроль», необходимостью осуществления контроля

психоэмоционального состояния в условиях тренировок и соревнований;

обучение правилам ведения дневника, ведение индивидуального дневника юного борца;

выполнение обязанностей дежурного, построение группы перед занятием, сдача рапорта, умение в

разминке показать упражнения общефизической и специальной направленности, проводить

первую часть разминки в присутствии тренера, показать основные элементы базовой техники

приемов спортивной борьбы, находить ошибки в действиях товарищей и помогать им их

исправлять, пропагандировать спортивную борьбу среди друзей и товарищей по школе;

участие в соревнованиях различного ранга;

усвоение обязанностей и прав участника соревнований в соответствии с их правилами.

3. Порядок организации и проведения смены

- 1) С целью формирования состава участников смены проводится Отборочный этап в дистанционном формате не позднее чем за 2 месяца до начала смены.
- 2) Участники, прошедшие отборочный этап, получают приглашение к участию в смене.
- 3) Заезд участников проводится за 1 день до начала смены.
- 4) Занятия в рамках образовательной смены проводятся согласно примерного графика:
9.00-12.00- занятия по образовательной программе «Теоретическая и экспериментальная химия».
14.00-15.30- занятия по общеобразовательным предметам (русский язык, математика, английский язык).
16.00- 18.00 -занятия по дополнительным образовательным программам.
19.00-21.00- воспитательные мероприятия.

4. Планируемые результаты

Результатом реализации программы является

- формирование спортивной мотивации;
- повышение уровня специальной физической, технической и психологической подготовки;
- приобретение опыта тренировок приближенных к тренировочным мероприятиям и соревнованиям;

Описание планируемых результатов обучения на весь срок реализации программы:

- формирование спортивной мотивации юных борцов связано с увеличением их интереса к занятию спортивной борьбой, составлением планов тренировок в зоне ближайшего развития, получением информации о перспективах занятий борьбой, о способах достижения высоких спортивных результатов.
- просмотр и отбор перспективных юных борцов из районов Республики Бурятия для углубленной специализации по спортивной борьбе.

5. Ресурсное обеспечение

1) Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Общее оборудование:

Борцовский ковер 12x12м 2 комплекта, весы до 200 кг 2 шт, доска информационная, зеркало 2x3, скакалки гимнастические 20 шт, урна-плевательница 2 шт, табло для проведения соревнований, учебно тренировочных и контрольных схваток 2шт, многофункциональные тренажеры для ОФП и СПФ, маты гимнастические – 20 шт, манекены борцовские 10 кг, 15 кг, 20 кг, маты для отработки бросков 2 шт, амортизаторы резиновые – 30 шт, перекладины навесные – 6 шт; брусья навесные – 6 шт; фитбольные мячи – 30 шт; стенка шведская 6 шт; гири 16 кг – 2шт; 24 кг – 2 шт; 32 кг – 2 шт, тяжелоатлетическая штанга стандартная – 2 шт; набор блинов тяжелоатлетических – 2 комплекта; Набор разновесовых гантелей – 2 шт; дезинфицирующие средства с разбрызгивателем, бумага А-4, принтер МФУ ч/б с возможностью работой с флэшкой, камера – скоростная съемка не менее 600 кадров в секунду, флэшка для камеры высокоскоростная, штатив, ноутбук, телевизор с диагональю не менее 40 дюймов, Wi-fi, HDMI порт, провода соединения, фотоаппарат.

Оборудование тренерского состава:

Секундомер 4 шт, борцовки (обувь) 4 пары, костюм ветрозащитный 4 шт, костюм разминочный 4 шт, кроссовки для зала 4 пары.

2) Кадровое обеспечение смены «Спортивная борьба»:

Сахияев Сергей Дабажапович

6. Порядок конкурсного отбора участников смены.

1) Конкурсный отбор участников смены проводится в 2 этапа:

1 этап: в срок до 18 июля 2021 года заполнение онлайн - заявки и размещение портфолио участника с указанием конкретных достижений по спортивной борьбе на сайте <https://astorium03.ru>

Данный раздел представляет совокупность сертифицированных (документированных) индивидуальных образовательных достижений:

- соревнований районного, областного, республиканского, международного уровней;

2) Информация о старте конкурсного отбора участников размещается на сайте <https://astorium03.ru> и на страницах Центра в социальных сетях.

3) Результаты конкурсного отбора доводятся до участников смены, прошедших конкурсный отбор в индивидуальном порядке не позднее чем за 2 месяца до начала смены.

4) для проведения конкурсного отбора создается предметная комиссия, в состав которой включаются преподаватели, разработчики программы, методисты.

7. Сроки проведения смены

Смена «Спортивная борьба» реализуется в течение 20 рабочих, 23 календарных дней.

Начало смены-1 октября

Заезд участников сены-30 сентября

Окончание смены -23 октября

Выезд участников-24 октября

8. Возраст участников смены

Программа смены «Спортивная борьба» проводится для учащихся 7-10 классов.

9. Условия проживания участников смены

1) Участники смены размещаются в комфортабельных благоустроенных 2-х, 3-х-местных номерах.

2) Обеспечиваются 5 разовым питанием.