

Аннотация
к рабочим программам спортивной подготовки по виду спорта
«художественная гимнастика»

Рабочие программы всех этапов спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» составлены в соответствии:

-с пунктом 21.1 статьи 6 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50 ст. 7354; 2021, № 18, ст. 3071),

-частью 4 статьи 84 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2021, № 18, ст. 3071)

-пунктом 11 порядка разработки и утверждения примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 7 июля 2022 г. № 579 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 5 августа 2022 г., регистрационный № 69543

-на основе дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика», предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по художественной гимнастике с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика», утвержденным приказом Минспорта России 15 ноября 2022 года № 984.

Программы направлены на:

- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта и художественной гимнастики.

Образовательные задачи программы:

- развитие познавательного интереса в области спорта и художественной гимнастики:

- приобретение знаний об особенностях художественной гимнастики, истории развития и современных тенденциях;

- приобретение знаний о правилах техники безопасности при занятиях гимнастикой и санитарно - гигиенические требования, сведений по анатомии, физиологии, гигиене, врачебному контролю и самоконтролю.

Воспитательные задачи программы:

- воспитание сильной личности с высокими духовными ценностями, обладающей лидерскими качествами, основанными на принципах человеколюбия, справедливости и взаимопомощи. Каждый этап спортивной подготовки включает в себя план воспитательной работы по формированию стойких патриотических чувств к стране, субъекту Российской Федерации.

- воспитание потребности спортсменов в хорошем здоровье, физическом благополучии, как средств достижения жизненно важных общепризнанных ценностей, моральных и нравственных ориентиров, необходимых для устойчивого развития общества;

- формирование единого воспитательного пространства, создающего равные условия для развития спортсменов.

Развивающие задачи программы:

- обеспечение условий для развития и совершенствования физических качеств спортсменов;

- способствовать развитию самостоятельности, ответственности, активности, дисциплинированности;
- создание условий для формирования потребности в самопознании и самореализации.

Спортивные задачи программы:

- направленность на достижение спортивных результатов, выполнение спортивных нормативов;
- повышение уровня теоретической, физической, психологической и технической подготовленности;
- направленность на повышение спортивной квалификации и продолжение спортивного образования обучающихся;
- создание условий и возможностей для сохранения спортивного долголетия.

<i>Начальный этап подготовки 2 года (возраст обучающихся 6-7 лет)</i>	
<i>Ожидаемый результат</i>	<ul style="list-style-type: none"> - формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом; - получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «художественная гимнастика»; - формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «художественная гимнастика»; - повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств; - обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях; - укрепление здоровья; - освоение основ техники по виду спорта «художественная гимнастика»; - приобретение опыта выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «художественная гимнастика»; - отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.
<i>Количество часов</i>	<p>Группы НП-1 – 234 часа в год (4,5 часа в неделю) Группы НП-2 – 312 часов в год (6 часов в неделю)</p>
<i>Режим занятий</i>	<p>Учебный год начинается с января по декабрь. В группах НП-1 учебно-тренировочные занятия проводятся 3 раза в неделю по 1,5 часа, в группах НП-2 -3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного занятия составляет 60 минут (часы астрономические). Наполняемость групп от 12 до 24 человек.</p>
<i>Структура программ</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов. 2. Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов: <ul style="list-style-type: none"> - Теоретическая подготовка и антидопинговые мероприятия; - Общая физическая подготовка; - Специальная физическая подготовка; - Техническая подготовка; - Участие в соревнованиях; - Приемные и переводные нормативы; - Восстановительные мероприятия; - Медицинское обследование; - Тестирование и контроль. 3. Краткое содержание программного материала на учебный год

	<p>4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика».</p> <p>5. Планируемые результаты на учебный год.</p>
<p>Учебно-тренировочный этап подготовки (этап спортивной специализации)– 5 лет (возраст обучающихся 8-12 лет)</p>	
Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> - формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «художественная гимнастика»; - формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «художественная гимнастика»; - обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности; - укрепление здоровья; - формирование спортивной мотивации.
Количество часов	<p>Группы УТ-1, УТ-2, УТ-3 – 624 часа в год (12 часов в неделю)</p> <p>Группы УТ-4, УТ-5 – 728 часов в год (14 часов в неделю)</p>
Режим занятий	<p>Учебный год начинается с января по декабрь. В группах УТ-1, УТ-2, УТ-3 учебно-тренировочные занятия проводятся 6 раз в неделю по 2 часа или 4 раза в неделю по 3 часа, в группах УТ-4, УТ-5 -4 раза в неделю по 2 часа и 2 раза в неделю по 3 часа. Продолжительность одного занятия составляет 60 минут (часы астрономические). Наполняемость групп от 5 до 10 человек.</p>
Структура программ	<p>1.Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.</p> <p>2.Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Теоретическая подготовка и антидопинговые мероприятия; - Общая физическая подготовка; - Специальная физическая подготовка; - Техническая подготовка; - Психологическая подготовка; - Тактическая подготовка; - Участие в соревнованиях; - Приемные и переводные нормативы; - Восстановительные мероприятия; - Медицинское обследование; - Тестирование и контроль. <p>3.Краткое содержание программного материала на учебный год</p> <p>4.Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «художественная гимнастика»</p> <p>5.Планируемые результаты на учебный год.</p>
<p>Этап совершенствования спортивного мастерства (не ограничен) (возраст обучающихся с12 лет)</p>	
Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> - повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;

	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности; - сохранение здоровья; - повышение функциональных возможностей организма; - поддержание высокого уровня спортивной мотивации.
Количество часов	Группы ССМ – 1040 часов в год (20 часов в неделю)
Режим занятий	Учебный год начинается с января по декабрь. В группах ССМ учебно-тренировочные занятия проводятся 4 раза в неделю по 3 часа или 2 раза в неделю по 4 часа. Продолжительность одного занятия составляет 60 минут (часы астрономические). Наполняемость групп от 2 до 4 человек.
Структура программ	<p>1. Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.</p> <p>2. Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Теоретическая подготовка и антидопинговые мероприятия; - Общая физическая подготовка; - Специальная физическая подготовка; - Техническая подготовка; - Психологическая подготовка; - Тактическая подготовка; - Участие в соревнованиях; - Приемные и переводные нормативы; - Инструкторская и судейская практика; - Восстановительные мероприятия; - Медицинское обследование; - Тестирование и контроль; - Самоподготовка, работа по индивидуальным планам. <p>3. Краткое содержание программного материала на учебный год</p> <p>4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «художественная гимнастика»</p> <p>5. Планируемые результаты на учебный год.</p>
Этап высшего спортивного мастерства (не ограничен) (возраст обучающихся с 14 лет)	
Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> - повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «художественная гимнастика»; - обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности; - сохранение здоровья. <p>Лицу, успешно освоившему программу спортивной подготовки, выдается соответствующий документ (справка), образец которого устанавливается спортивной организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.</p>

Количество часов	Группы ВСМ – 1248 часов в год (24 часа в неделю)
Режим занятий	Учебный год начинается с января по декабрь. В группах ВСМ учебно-тренировочные занятия проводятся 6 раз в неделю по 4 часа. Продолжительность одного занятия составляет 60 минут (часы астрономические). Наполняемость групп от 1 до 2 человек.
Структура программ	<p>1. Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.</p> <p>2. Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Теоретическая подготовка и антидопинговые мероприятия; - Общая физическая подготовка; - Специальная физическая подготовка; - Техническая подготовка; - Психологическая подготовка; - Тактическая подготовка; - Участие в соревнованиях; - Приемные и переводные нормативы; - Инструкторская и судейская практика; - Восстановительные мероприятия; - Медицинское обследование; - Тестирование и контроль; - Самоподготовка, работа по индивидуальным планам. <p>3. Краткое содержание программного материала на учебный год</p> <p>4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «художественная гимнастика»</p> <p>5. Планируемые результаты на учебный год.</p>