**АННТОТАЦИЯ**

**к рабочей программе по виду спорта «фристайл» ГАУДОМО «Кировская СШОР по ГСиФ»**

Рабочая программа по виду спорта «фристайл» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «фристайл», утвержденным приказом Минспорта России от 31.10.2022 № 876.

2. Примерной дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «горнолыжный спорт», утвержденной приказом Министерства спорта РФ от 06.12.2022 № 1140.

Целью 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.

Цель многолетней подготовки юных спортсменов – это развитие и совершенствование физических и двигательных особенностей, улучшение физической подготовленности и физического развития посредством занятий видом спорта «фристайл», а также воспитание спортсменов высокой квалификации, потенциального резерва сборных команд Мурманской области и России.

Для планомерной подготовки обучающихся спортсменов по горнолыжному спорту выделяются следующие этапы и периоды:

1. Этап начальной подготовки, периоды подготовки: до года и свыше года.

2. Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации), периоды подготовки: до трех лет и свыше трех лет.

3. Этап совершенствования спортивного мастерства.

4. Этап высшего спортивного мастерства.

**Срок реализации программы:**

- на этапе начальной подготовки – 3 года;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3-5 лет;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – не ограничивается.

Возраст лиц, проходящих спортивную подготовку, от 7 лет и старше.

 Учебно-тренировочный процесс осуществляется в очной форме в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

**Виды (формы) обучения**, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- учебно-тренировочные занятия;

- учебно-тренировочные мероприятия: учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям и специальные учебно-тренировочные мероприятия;

- спортивные соревнования: контрольные, отборочные, основные;

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия;

- тестирование и контроль.

**Задачи на этапе начальной подготовки:**

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, в том числе фристайлом;

- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «фристайл»;

- формирование двигательных умений и навыков, в том числе по виду спорта «фристайл»;

- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;

- укрепление здоровья.

Годовой учебно-тренировочный план для групп начальной подготовки до года рассчитан на 312 часов в год (6 часов в неделю), свыше года 416 часов (8 часов в неделю).

**Задачи на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):**

- формирование устойчивого интереса к занятиям фристайлом;

- формирование разносторонней общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «фристайл»;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

- укрепление здоровья.

Годовой учебно-тренировочный план для учебно-тренировочных групп до трех лет на 520 часов в год (10 часов в неделю), свыше трех лет 832 часов (16 часов в неделю).

**Задачи на этапе совершенствования спортивного мастерства:**

- повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «фристайл»;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

- сохранение здоровья.

Годовой учебно-тренировочный план для групп совершенствования спортивного мастерства рассчитан на 1040 часов в год (20 часов в неделю).

**Задачи на этапе высшего спортивного мастерства:**

- повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «фристайл»;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;

- сохранение здоровья.

Годовой учебно-тренировочный план для групп высшего спортивного мастерства рассчитан на 1248 часов в год (24 часа в неделю).