**Описание и аннотация к
Дополнительной программе спортивной подготовки по виду спорта
«Художественная гимнастика»**

«Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» разработана на основе:

ДОП СП по виду спорта «художественная гимнастика» разработана на основе:

– Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федерального закона от 14 декабря 2007 года №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

– Федерального закона от 30 апреля 2021 года №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

– Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказа Министерства спорта РФ от 03 августа 2022 года № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

– Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23.10.2020 №1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях".

«Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» разработана на основе теории и методики физического воспитания и художественной гимнастики, возрастных физиологических и психологических особенностей детей и подростков, личного опыта педагогов.

В программе определена общая последовательность изучения программного материала, контрольные и переводные нормативы для групп начальной подготовки (НП), для учебно-тренировочных групп (УТ).

Программа предназначена для тренеров-преподавателей по художественной гимнастике и является основным документом учебно-тренировочной работы.

Целью Программы является отбор и обучение спортивно одарённых детей, развитие и реализация их способностей в виде спорта художественная гимнастика для достижения спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Содержание ДОП СП направлено на решение следующих задач:

На этапе начальной подготовки (НП):

- 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 гармоническое развитие физических качеств;
- Обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях;
- Укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе (УТ):

- 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.

Планируемые результаты освоения программы представляют собой систему ожидаемых результатов освоения обучающимися всех компонентов учебно-тренировочного и соревновательного процессов, также обеспечивает формирование личностных результатов:

- овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и уровня физической подготовленности, о соответствии их возрастным нормативам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перетренированности (недотренированности), перенапряжения;
- овладение знаниями и навыками инструкторской деятельности и судейской практики;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, соблюдать правила безопасности и содержать в порядке спортивный инвентарь, оборудование, спортивную одежду, осуществлять подготовку спортивного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям;
- умение анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях, находить адекватные способы поведения и взаимодействия в соревновательный период;
- развитие понимания о здоровье, как о важнейшем условии саморазвития и самореализации человека, умение добросовестно выполнять задания тренера-преподавателя, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, умение организовывать места тренировочных занятий и обеспечивать их безопасность, ориентирование на определение будущей профессии, приобретение навыков по участию в спортивных соревнованиях различного уровня.

Продолжительность реализации программы – 8 лет.

- o Этап начальной подготовки – 3 года,
- o Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 5 лет.

Объём программы

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки							
	Этап начальной подготовки (НП)			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (УТ)				
	1	2	3	1	2	3	4	5
Количество часов в неделю	6	8	8	12	12	14	14	14
Общее количество часов в год	312	416	416	624	624	728	728	728

Основные формы учебно-тренировочного процесса:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Формы подведения итогов реализации программы:

В Программе описаны нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Выполнение контрольно-переводных нормативов регистрируется в протоколах нормативов. Официальными документами результативности обучения является протоколы соревнований, почетные грамоты и дипломы.

Соответствие показанных на официальных соревнованиях результатов нормативным требованиям, подтверждается приказами на присвоение спортивных разрядов. На их основании оформляются классификационные книжки.