

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ГРЕБЛЕ НА
БАЙДАРКАХ И КАНОЭ»
(ГБУ ДО КК «СШОР по гребле на байдарках и каноэ»)**



**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**для обучающихся на этапе совершенствования спортивного
мастерства на 2024 год**

**Краснодар
2024 год**

Рабочая программа для обучающихся на этапе совершенствование спортивного мастерства разработана в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта

«гребля на байдарках и каноэ», требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «гребля на байдарках и каноэ», утвержденного приказом Министерства спорта России от 09 ноября 2022 г. № 945.

Целью рабочей программы для обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства является повышение функциональных возможностей организма обучающихся, совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки, обеспечение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на соревнованиях различного уровня, поддержание высокого уровня спортивной мотивации, сохранение здоровья обучающихся.

Гребля на байдарках и каноэ – это массовый, увлекательный и зрелищный вид спорта, который тренирует скорость движений, силу и выносливость двигательного аппарата и развивает способность точно согласовывать его работу с дыханием. Поэтому занятия гребным спортом ведут не только к развитию мускулатуры, но и к улучшению работы органов дыхания, сердца и сосудов.

Рабочая программа для обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства включает пояснительную записку, сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапе совершенствования спортивного мастерства, объемы спортивной подготовки, виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации этапа совершенствования спортивного мастерства, годовой учебно- тренировочный план, включающий период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса, план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, план мероприятий инструкторской практики, план применения мероприятий судейской практики, план медицинских, медико-биологических мероприятий, нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «гребля на байдарках и каноэ, рекомендации по планированию общей физической и специальной физической подготовки, программный материал учебно-тренировочных занятий, включающий примерный план конспект учебно-тренировочного занятия и учебно-тематический план, требования к обеспечению спортивной экипировкой. Результатами освоения этапа совершенствования спортивного мастерства,

обучающимися является:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;
- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта гребля на байдарках и каноэ);
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в три года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, в том числе межрегиональных спортивных соревнованиях;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.