

**Аннотация к рабочим программам по национальным видам спорта:
Борьба хапсагай
для групп начальной подготовки**

| | |
|---|--|
| Вид спорта | Борьба хапсагай |
| Группы | Группа начальной подготовки |
| Нормативная база | <p>Рабочие программы разработаны на основе следующих нормативно-методических документов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Образовательная программа на 2020-2021 учебный год МБУ ДО «ДЮСШ». 2. Учебный план на 2020-2021 учебный год. 3. Устав МБУ ДО «ДЮСШ». 4. Программа для ДЮСШ Национальные виды спорта, Якутск 2010 г. под руководством профессора Кочнева В.П. Региональная комплексная программа физического воспитания учащихся РС(Я) 1999 г., Андросов Г.Г. Хапсабайдаһан тустуу. – Я., 1963., Волков Н.Н., Кочнев В.П., Тарский Н.Н. Национальные виды спорта Якутской АССР. (Правила соревнований). Якутск: Якутское книжное издательство, 1960., Кочнев В.П. Правила соревнований по национальным видам спорта ЯАССР. Якутск, 1988., Кочнев В.П. Якутия спортивная. Якутск: Национальное книжное издательство Республики Саха (Якутия), 1992. - 208 с. |
| Основные цели и задачи реализации содержания вида спорта- борьба хапсагай | <p>Цель: привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленном на развитии их личности, утверждения здорового образа жизни, воспитание физических, морально-волевых качеств.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знать: <ul style="list-style-type: none"> - историю развития борьбы хапсагай; - навыки страховки во время учебно-тренировочных занятий; - техники безопасности во время занятий на спортивных снарядах; - правила соревнований и судейства; - программный материал, соответствующий году обучения; - соблюдать режим дня; - физиологические основы спортивной тренировки. 2. Уметь: |

| | |
|---------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - выполнять базовую технику борьбы хапсагай; - выполнять нормативные требования ДЮСШ по общей физической подготовке (ОФП). - управлять своим психическим состоянием. <p>3. Овладеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками специальных упражнений на снарядах; - навыки личной гигиены; <p>4. Приобретать опыт в соревнованиях.</p> |
| Возраст обучающихся | 9-12 лет |
| Срок реализации | Группа начальной подготовки- 3 года обучения. |
| Место отделения в учебном плане | Согласно учебному плану на обучение отводится в год/неделю: Начальная подготовка 1 год обучения- 234 часа/6 часов; 2 год обучения-234 часа/6 часов; 3 год обучения- 312 часов/8 часов. |