

Описание дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)»

Направленность программы	Название программы	Описание образовательной программы	Возраст обучающихся (лет)	Срок реализации программ (лет)
Физкультурно-спортивная	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)»	<p>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)» (далее-Программа) разработана в соответствии с федеральным стандартом по виду спорта смешанное боевое единоборство (ММА), утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21 ноября 2022 года № 1029,совокупностью минимальных требований к спортивной подготовке по видам спорта, разработанными и утвержденными в соответствии с Федеральным законом № 329-ФЗ (ред. От 28.12.2022) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и обязательными для организаций, осуществляющих спортивную подготовку.</p> <p>Программа определяет основные направления и условия осуществления спортивной подготовки по виду спорта смешанное боевое единоборство (ММА), содержит нормативную и методическую части, а также систему контроля и зачетные требования.</p> <p>Программа разработана на основе следующих принципов:- комплексность, предусматривающую тесную взаимосвязь всех видов спортивной подготовки (теоретическую, технико- тактическую, физическую, психологическую, методическую, соревновательную);- преемственности, определяющего последовательность освоения программного материала по этапам подготовки и соответствие его требованиям высшего спортивного мастерства;- вариантности, предусматривающего, в зависимости от этапа подготовки, учет индивидуальных особенностей спортсменов, варианты освоения программного материала, характеризующего разнообразием средств, методов с использованием разных величин нагрузок для решения задач спортивной подготовки. В настоящей программе отражены основные цели, задачи, средства и методы на этапах годичного цикла тренировки и</p>	с 10 до 17 лет и старше	15

		<p>построение тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки: этапе начальной подготовки (НП), учебно-тренировочном этапе (УТ), совершенствовании спортивного мастерства (ССМ) и высшего спортивного мастерства (ВСМ); распределение объемов тренировочных нагрузок в микро-, мезо- и макроциклах; участие в спортивных соревнованиях. Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки каратистов и предлагает решение следующих основных задач:- содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья лиц , проходящих спортивную подготовку;- осуществление подготовки всесторонне развитых юных спортсменов высокой квалификации, для пополнения спортивной сборной команды Самарской области по смешанному боевому единоборству (ММА);, формирования спортивного резерва сборной команды Российской Федерации по смешанному боевому единоборству (ММА)- воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов; - подготовка из числа занимающихся судей и тренеров по смешанному боевому единоборству (ММА)</p>		
--	--	--	--	--

Смешанное боевое единоборство (ММА) – молодой и быстроразвивающийся вид спорта в нашей стране и в мире, принципы и методы тренировки которого проходят стадию становления. На данный момент накоплен значительный опыт работы с профессиональными бойцами, проанализирован 4-х летний опыт подготовки взрослых спортсменов, выступающих на крупнейших официальных соревнованиях и прошедших все стадии многоступенчатого отбора в сборную команду России по СБЕ (ММА). В связи с официальным введением детско-юношеского раздела вида спорта в 2016 году, подготовка юных спортсменов в СБЕ (ММА) впервые становится объектом анализа и систематизации, исходя из подходов, используемых в разных близких видах единоборств.

На сегодняшний день тренеры, работающие с юными спортсменами, вынуждены заимствовать и сублимировать опыт каждого отдельного единоборства и «комбинировать» его в новые реалии, перестраивая под специфические задачи смешанного стиля (ММА).

Директор МБУДО СШОР №8 «Союз»

Мазуров А.А.