

Образовательная программа по вольной борьбе является пособием для тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ.

Программа охватывает всю систему подготовки борцов вольного стиля, направленную на достижение высоких спортивных результатов. В программе разработана модель построения подготовки юных борцов в возрастном диапазоне (от 6 до 25 лет). Дополнена и конкретизирована программа педагогического контроля юных борцов с учетом возраста и квалификации.

Образовательная программа по вольной борьбе может быть использована в работе тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ, клубов и спортивных организаций культивирующих вольную борьбу.

Содержание:

1. Пояснительная записка
2. Нормативная часть
3. Методическая часть
4. Список литературы
5. Приложение