

связанно с более качественной подготовкой (развитие физических качеств и обучение техническим элементам) на основании индивидуального и психолого-педагогического подхода к обучающимся. Что способствует ранней мотивации для занятий борьбой и формированию коммуникативных умений как в группе, так и обучающегося с тренером. В процессе изучения опыта работы конкретизирована структура спортивной подготовки юных борцов в соответствии с современными тенденциями развития вольной борьбы. В программе разработана модель построения подготовки борцов в возрастном диапазоне (от 6 до 25 лет). Дополнена и конкретизирована программа педагогического контроля борцов с учетом возраста, квалификации. Обоснованы модели построения учебно-тренировочного процесса, предусматривающие различное сочетание средств и способов тренировки, адекватных возрастным особенностям борцов. Что нашло отображение в данной программе.

Теоретическая значимость программы заключается в оптимизации структуры спортивной подготовки борцов, реализуемой на основе учета возрастных особенностей их организма и современных тенденций развития вольной борьбы. Существенное значение имеет разработка аргументированных положений по содержанию и реализации многолетнего учебно-тренировочного процесса в рамках многолетней подготовки юных борцов.

Практическая значимость программы заключается в разработке и внедрении в практику спортивной борьбы программы подготовки борцов и педагогического контроля за динамикой физической и технической подготовленности в соответствии с этапом подготовки, методики и процедуры тестирования, сравнительной оценки результатов в тестах и нормативах по различным показателям. В данной программе отличие от стандартных, представлена модель построения системы тренировки для борцов 6-25 лет. В программе: учебный методический план по вольной борьбе, примерные планы - учебного процесса, варианты распределения занятий в недельном микроцикле в зависимости от периода и условий подготовки. В программе определена общая последовательность изучения программного материала, что позволяет придерживаться единого стратегического направления в учебном занятии.

Спортивная школа, являясь учреждением дополнительного образования призвана способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических качеств, интеллектуальных и нравственных способностей.

Цель: формирование физической культуры личности юношей в процессе овладения основами спортивной борьбы, способных удовлетворить потребности в крепком здоровье, ведение здорового образа жизни.

В программе ставятся задачи, специфические для каждого этапа подготовки.