**ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:**

**- развитие мотивации личности к всестороннему удовлетворению физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей детей,**

**- обеспечение условий для организации активного, содержательного досуга, совершенствования личности, формирования здорового образа жизни, профессионального самоопределения в выборе профессии, развития физических, интеллектуальных и нравственных качеств, достижения спортивных успехов, содействовать взаимопониманию между различными национальными, религиозными и социальными группами.**

**Задачи, специфические для каждого этапа подготовки:**

**1) На этапе начальной подготовки:**

**- укрепление здоровья и всестороннее развитие физических качеств юных спортсменов;**

**- овладение основами техники и тактики вольной борьбы;**

**- выявление задатков и способностей спортсменов и отбор перспективных юных спортсменов;**

**- привитие устойчивого интереса к занятиям вольной борьбой;**

**- воспитание черт спортивного характера.**

**2) На тренировочном этапе:**

**- дальнейшее улучшение состояния здоровья и физического развития спортсменов;**

**- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;**

**- дальнейшее углубленное овладение и совершенствование техники и тактики вольной борьбы;**

**- приобретение и накопление соревновательного опыта путем участия в соревнованиях;**

**- достижение спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований Программы;**

**- профилактика вредных привычек и правонарушений.**

**3) На этапе совершенствования спортивного мастерства:**

**- совершенствование техники и тактики вольной борьбы;**

**- развитие специальных физических качеств;**

**- освоение повышенных тренировочных нагрузок;**

**- дальнейшее приобретение соревновательного опыта;**

**- достижение высоких спортивных результатов на официальных спортивных соревнованиях различного уровня.**

**4) На этапе высшего спортивного мастерства:**

**- неуклонное совершенствование техники и тактики вольной борьбы;**

**- поддержание на высоком уровне специальных физических качеств, режима повышенных тренировочных нагрузок и соревновательной деятельности;**

**- достижение стабильных высоких спортивных результатов при выступлении в составе сборных команд Республики Дагестан, Российской Федерации.**

**В основу Программы положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке, современные научные и методические разработки по вольной борьбе.**

**РЕЗУЛЬТАТ ПРОГРАММЫ**

**Данная программа направлена на получение детьми, подростками и взрослыми образовательных знаний, умений и навыков по вольной борьбе, обеспечивает организацию содержательного досуга, укреплению здоровья, удовлетворению потребности в двигательной активности.**

**ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

**Продолжительность спортивной подготовки установлена федеральным стандартом спортивной подготовки по спортивной борьбе и составляет:**

**- на этапе начальной подготовки – 3 года;**

**- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 4 года;**

**- на этапе совершенствования спортивного мастерства – 3 года;**

**- на этапе высшего спортивного мастерства – не ограничена.**

**Зачисление на указанные этапы спортивной подготовки, перевод спортсменов на следующий этап, производится с учётом результатов спортивной подготовки, которые должны соответствовать требованиям, установленным данной Программой.**

**На этап начальной подготовки зачисляются дети не моложе 7 лет, желающие заниматься вольной борьбой, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий вольной борьбой и выполнившие нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на данном этапе .Перевод по годам подготовки на этапе начальной подготовки осуществляется при условии выполнения спортсменом нормативов.**

**На тренировочный этап зачисляются подростки не моложе 12 лет. Группы на этом этапе формируются только из практически здоровых юных спортсменов, прошедших спортивную подготовку на этапе начальной подготовки и выполнивших нормативы по общей физической и специальной физической подготовке и технико-тактическому мастерству . Перевод по годам подготовки на данном этапе осуществляется при условии выполнения спортсменом нормативов Прог**

**.**