**АННОТАЦИЯ**

**ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**ПО ВИДУ СПОРТА «ПЭЙНТБОЛ»**

Программа спортивной подготовки по виду спорта «Пэйнтбол» разработана на основании Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в РФ», утв. приказом Минспорта России от 12.05.2014 № ВМ-04-10/2554, «Правилами вида спорта «Пэйнтбол», утв. приказом Минспорттуризма России от 05.04.2010 № 287, Приказа Минспорта России от 16.02.2015 № 131 "О внесении изменений в приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.03.2013 N 146 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта пулевая стрельба", Приказа Министерства спорта РФ от 30.10.2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд РФ» (зарегистрирован в Минюсте России 05.04.2016 г. № 41679).

Основное направление программы – спортивный отбор детей, создание условий для прохождения спортивной подготовки, физического воспитания и развития, формирование устойчивого интереса к занятиям спортом.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на различных этапах подготовки в зависимости от возраста, пола лиц, уровня развития физических качеств и от специальных способностей занимающихся.

Содержание Программы учитывает особенности подготовки спортсменов по виду спорта пэйнтбол, в том числе: большой объем разносторонней физической подготовки в общем объеме тренировочного процесса; постепенное увеличение интенсивности тренировочного процесса; постепенное повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта пэйнтбол.

Тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

* групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
* работа по индивидуальным планам;
* тренировочные сборы;
* участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
* инструкторская и судейская практика;
* медико-восстановительные мероприятия;
* тестирование и контроль.

Система контроля и зачетные требования конкретизированы на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта пэйнтбол.

Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса.

Спортивная подготовка осуществляется по следующим этапам подготовки: этап начальной подготовки, тренировочный этап, этап совершенствования спортивного мастерства:

* этап начальной подготовки – 2 года;
* тренировочный этап – 4 года;
* этап совершенствования спортивного мастерства - без ограничений.

Минимальный возраст для зачисления на этап начальной подготовки составляет 10 лет.