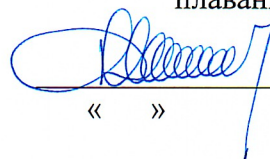


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ПЛАВАНИЮ»  
(ГБУ ДО КК «СШОР по плаванию»)**

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор ГБУ ДО КК «СШОР по  
плаванию»

  
«    » Д.В. Телегин  
2024 г.

**ОПИСАНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА  
«ВОДНОЕ ПОЛО»**

**г. Краснодар  
2024 год**

## 1. Описание вида спорта «водное поло»

Водное поло — один из старейших олимпийских видов спорта. Впервые было включено в программу Олимпийских игр в 1900 году. Женское водное поло вошло в олимпийскую программу в 2000 году.

Водное поло относится к игровым командным видам спорта со сложной координацией и с циклической и ациклической структурой движений. Игровая деятельность осуществляется в водной среде и требует от ватерполистов совершенного владения спортивными способами плавания, специальными приемами игрового плавания, владения мячом (передачи, броски, плавание с мячом), передвижения под водой, приемами единоборства за овладение мячом. Индивидуальные действия игроков направлены на решение общекомандной задачи – поражение ворот противника и защита своих ворот.

Водное поло — весьма жёсткая контактная игра. Одновременно на поле против друг друга играют две команды. Каждая команда должна состоять из семи игроков, одним из которых должен быть вратарь, играющий во вратарской шапочке, и не более шести резервных игроков, которые могут быть использованы как запасные. Для игры свойственны частые замены игроков на поле запасными.

Игра состоит из четырёх периодов. Продолжительность каждого периода составляет 8 минут чистого времени. Отсчет времени начинается в начале каждого периода с касания игроком мяча. При всех сигналах на остановку игры, контрольный секундомер должен быть остановлен до введения мяча в игру. Секундомер должен быть включен вновь при отрыве мяча от руки игрока, проводящего соответствующий бросок или при касании мяча игроком во время спорного вбрасывания.

Каждая команда имеет 30 секунд на реализацию атаки. По истечении 30 секунд мяч переходит к сопернику. Каждая команда может взять два минутных тайм-аута в основное время и один тайм-аут в дополнительное время. Тайм-аут может взять только та команда, которая владеет мячом.

Основной принцип игры состоит в том, что игроки (за исключением вратаря) не могут трогать мяч двумя руками. Владение мячом игроками осуществляется одной рукой. Игроки могут пасовать мяч своим партнёрам по команде или плыть, ведя мяч перед собой.

Цель игры для каждой команды — действуя согласно тактическим схемам, забросить максимальное количество мячей в ворота соперника. Все действия игроков по отбору мяча у соперника, степень грубости нарушений, удаление игроков и все прочие игровые моменты полностью регулируются правилами водного поло.



## 2. Описание дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «водное поло»

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «водное поло» (далее – Программа) разработана в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 7 июля 2022 г. № 575 «О внесении изменений в требования к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», утвержденные приказом министерства спорта российской федерации от 30.10.2015 № 999, приказом Министерства физической культуры и спорта Краснодарского края от 09 ноября 2022 № 1843 «Об утверждении положений и условий развития детско-юношеского спорта в целях подготовки спортивных сборных команд Краснодарского края и спортивного резерва для спортивных сборных команд Краснодарского края» на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «водное поло», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1005 (далее – ФССП) (зарегистрирован Минюстом России 16.12.2022 г. регистрационный № 71558).

Программа составлена на основе примерной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «водное поло», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20 ноября 2023 г. № 823 и предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по виду спорта «водное поло» в ГБУ ДО КК «СШОР по плаванию» с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных ФССП.

Программный материал объединён в целостную систему многолетней спортивной подготовки обучающихся по виду спорта «водное поло». Реализация Программы направлена на физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-



тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки. А также формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, профессиональное самоопределение, всестороннее развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебно-тренировочного процесса по виду спорта «водное поло» на различных этапах многолетней подготовки.

Спортивная подготовка по виду спорта «водное поло» осуществляется на следующих этапах:

- этап начальной подготовки (далее - НП);
- учебно-тренировочный этап (спортивной специализации) (далее - УТ).

Программа имеет следующую структуру и содержание:

Общие положения, включающие:

название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины);

цели Программы;

характеристику Программы.

Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:

сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.

объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки;

виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

учебно-тренировочные занятия;

учебно-тренировочные мероприятия;

спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности;

годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки;

календарный план воспитательной работы;

план мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;

планы инструкторской и судейской практики;

планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных мероприятий.



Систему контроля, содержащую:

требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях;

оценку результатов освоения Программы;

контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной классификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине) включает, состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам, с указанием вида спорта, спортивной дисциплины.

Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки включающие материально-технические условия реализации Программы, кадровые условия реализации Программы и информационно-методические условия реализации Программы.