

**Государственное автономное учреждение дополнительного образования
Свердловской области**

«Спортивная школа олимпийского резерва им. Я.И. Рыжкова»

ул. Загородная д. 1, г. Сысерть, 624021, тел. 8 (34374) 7-40-10

Номер документа	Дата составления
10-ОД	24.02.2025

ПРИКАЗ

**о внесении изменений в Дополнительную образовательную программу спортивной
подготовки по виду спорта «лыжные гонки»**

ПРИКАЗЫВАЮ:

I. Внести изменения в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «Лыжные гонки», утвержденную приказом №6-ОД от 18.01.2023 и согласованную педагогическим советом ГАУ ДО СО СШОР им. Я.И. Рыжкова (протокол №1 от 17.01.2023):

1. Дополнить таблицу 35 «программный материал для учебно-тренировочного этапа до двух лет» следующими пунктами:

Комплексы упражнений на воде (бассейн) для повышения координации и контроль движений рук.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для развития общей выносливости.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для формирования аэробных и анаэробных возможностей.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для развития силы рук, ног, спины.

2. Дополнить таблицу 40 «программный материал для учебно-тренировочного этапа свыше двух лет» следующими пунктами:

Комплексы упражнений на воде (бассейн) для совершенствования дыхательной системы.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для развития общей выносливости.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для развития аэробных и анаэробных возможностей.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для развития силы рук, ног, спины.
Комплексы упражнений на воде (бассейн) для восстановления и профилактика травм.

II. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор



Е.А. Салахов