

Аннотация к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта по каратэ

Наименование программы:

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта по каратэ

Утверждена: приказ по МБУ ДО ДЮСШ «Юность» № 53-О от 01.09.2016 г.

Вид программы: дополнительная общеобразовательная программа «Дополнительная общеразвивающая программа».

Нормативно-правовое обеспечение:

- Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по этим программам (приказ Минспорта России от 12.09.2013 № 730)

Направленность программы: на всестороннее физическое воспитание детей, укрепление здоровья, совершенствования двигательных и морально - волевых качеств с ориентацией на дальнейшие занятия физической культурой и спортом в ДЮСШ.

Цель программы: профилактика и укрепление здоровья учащихся. Создание условий для формирования у детей и подростков высоких физических и нравственных качеств.

Задачами реализации Программы :

Образовательные:

- дать знания по истории боевых искусств;
- создать представление о возможностях человека;
- сформировать понятие о стратегии и тактике боя.

Развивающие:

- развитие основных физических качеств (ловкость, сила, скорость, выносливость, гибкость);
- расширение функциональных возможностей основных систем организма, обогащение двигательного опыта жизненно-важными двигательными навыками и умениями;
- коррекция физического развития, формирование правильной осанки.

Воспитательные:

- прививать интерес к здоровому образу жизни,
- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать коммуникативные качества;
- научить ребенка контролировать свое поведение, его социализация;
- воспитывать чувство личной ответственности.

Возраст обучающихся: участвующих в реализации данной образовательной программы от 6 до 18 лет

Продолжительность реализации программы: весь период

СОГ-1(с 6 лет)-138 часов в год

СОГ-2(с 9 лет)- 276 часов в год

СОГ-3(с 14 лет)- 276 часов в год

СОГ-4(с 17 лет)- 276 часов в год

Виды подготовки:

Теоретическая подготовка

Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Технико-тактическая подготовка

Другие виды спорта, подвижные игры, восстановительные мероприятия

Режим занятий:

Тренировочный процесс по **художественной гимнастике** ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 46 недель.

Формы организации процесса обучения:

- групповые и теоретические занятия
- участие в спортивно - массовых мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Ожидаемый результат:

Улучшение качества набора в группы по дополнительным предпрофессиональным программам и программам спортивной подготовки по виду спорта «каратэ», в том числе способных и одарённых детей.

Возможность педагогического мониторинга в течение нескольких лет, позволяющего выявить и устранить недостатки физического развития детей. В результате к началу занятий в группах начальной подготовки, у обучающихся будут сформированы основы мотивации к занятиям физической культурой и спортом. В результате обеспечения занятости детей, сократятся случаи правонарушений среди них.

Учебно- спортивный отдел МБУ ДО ДЮСШ «Юность»