

Краткая аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «ДЗЮДО»

Возраст учащихся: 7-13 лет

Срок реализации программы – 1 год.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Уровень программы – базовый.

Нормативно-методическое и правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы:

- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);

- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

- «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- СанПин 2.2.2/2.4.13340-03. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.

Локальные акты МУ ДО ДЮСШ г. Сенгиля:

- Устав МУ ДО ДЮСШ г. Сенгиля;

- Правила приёма на дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности МУ ДО ДЮСШ г. Сенгиля;

- другие локальные акты МУ ДО ДЮСШ г. Сенгиля, регламентирующие особенности организации образовательной деятельности.

Цель программы: создание условий для физического, нравственного и интеллектуального развития учащихся, формирования у них потребности в ведении активного здорового образа жизни, развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, улучшение физической подготовленности и физического развития средствами борьбы дзюдо.

Задачи программы

Образовательные:

- обогатить знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- формировать интерес к расширению и углублению знаний по истории развития борьбы дзюдо;

- расширить двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

- обогатить знания в области гигиены, здорового образа жизни;

- обучить комплексу специальных знаний, двигательных умений и навыков по дзюдо.
- овладеть основами техническими действиями, приёмами и физическими упражнениями борьбы дзюдо, уметь использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
- формировать потребность в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;

Развивающие:

- развить понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;
- развить двигательную активность обучающихся, достижение им положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности;
- укрепить и гармонично развивать здоровье, через развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.

Воспитательные:

- воспитать положительные качества личности, профилактика вредных привычек, асоциального поведения;
- сформировать мотивации к физкультурно-спортивной деятельности через историю развития спорта, развитие психологической и коммуникативной культуры;
- сформировать понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- воспитать нравственные и волевые качества в процессе занятий и формировать устойчивую привычку в самовоспитании личностных качеств;
- воспитать чувство патриотизма, формировать у подрастающего поколения любви к Родине через участие в соревнованиях, спортивных и социально-значимых мероприятиях.

Планируемые результаты

Личностные результаты

- развито понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;

Метапредметные результаты

Регулятивные

- умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

Познавательные

- понимает роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья

Коммуникативные

- умеет определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.

Предметные результаты

Знает:

- основные пути развития борьбы дзюдо в России;
- требования к участию в соревнованиях;
- теоретические сведения о борьбе дзюдо, правилах проведения соревнований, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;

Умеет:

- продемонстрировать физические данные в пределах 1 года обучения;
- продемонстрировать свою двигательную активность на тренировках, достигая положительный результат в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности в пределах изучаемого материала;
- выполнять кувырки (вперёд, назад, через правое и левое плечо); - выполнять страховку при падении вперёд, назад, на правый и левый бок; принимать стойки и передвигаться в стойках

(передней, задней боковой); - выполнять броски партнёра без сопротивления; - выполнять действия в партере без сопротивления, умеет передвигаться в парах с партнёром; - соблюдать дистанцию; - держать равновесие при передвижениях.

Владеет:

- основными приемами ведения борьбы. Знает:

- основной комплекс физических упражнений;

- личным двигательным опытом в выполнении упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

- основами техническими действиями, приёмами и физическими упражнениями по дзюдо, уметь использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы – 1 год.

Объём недельной нагрузки – 6 ч. в неделю, 276 ч. в год при 46 учебных недель.