

**Краткая аннотация**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «ДЗЮДО»**

**Возраст учащихся:** 8-11 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:**

- овладеть системой знаний о физическом совершенствовании человека;

- изучить комплексы упражнений для стартового развития специальных физических качеств и двигательных навыков;

- овладеть основными тактическими приемами для участия в соревнованиях;

- развивать основные технические действия, выполнения приемов и физических упражнений по дзюдо;

- развивать и поддерживать потребность в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;

- обогатить знания в области закаливания организма, самоконтроля в процессе занятий;

**Развивающие:**

- продолжить укрепление и комплексное развитие всей системы организма учащихся;
- развить интерес к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту;
- обогатить двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами дзюдо;
- укрепить и сохранить индивидуальное здоровье учащегося через активное включение его в образовательный процесс.

#### **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 навыки здорового образа жизни, воспитание культуры поведения.
- воспитать устойчивый интерес к регулярным занятиям спортом, здоровому образу жизни, трудолюбия и дисциплины;
- развить морально-волевые качества;
- воспитать чувство патриотизма, формировать у подрастающего поколения любви к Родине через участие в соревнованиях, спортивных и социально-значимых мероприятиях.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные результаты**

- развиты стремления к овладению основами техники и тактики борьбы дзюдо

#### **Метапредметные результаты**

##### *Регулятивные*

- развит интерес к здоровому образу жизни, физической культуре;

##### *Познавательные*

- сформированы и развиты компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий
- коммуникативные • укрепить и сохранить индивидуальное здоровье учащегося через активное включение его в образовательный процесс.

#### **Предметные результаты**

##### *Знает:*

- овладел системой знаний о физическом совершенствовании человека;
- теоретические основы тактики;
- комплексы физических упражнения, способствующих развитию данных в соответствии с возрастом;
- правила техники безопасности и противопожарной безопасности в спортивных сооружениях;
- правила борьбы дзюдо;
- простые тесты для самоконтроля своего физического состояния;
- приемы оказания первой медицинской помощи при ошибках, растяжениях и переломах;

##### *Умеет:*

- выполнять комплексы упражнений для стартового развития специальных физических качеств и двигательных навыков;
- владеет основными тактическими приемами необходимыми для участия в соревнованиях;
- выполнять правильное передвижение партнером (с шагом, с подшагиванием, скрестным шагом);
- выполнять перевороты и уходы с удержания; - выполнять броски борцовского манекена;
- выполнять броски партнёра (с места, на шаг, на 3 шага) с уступающим сопротивлением);
- правильный срыв захвата ( широкого, сверху, за пояс, узкого)
- передвигаться с уходом от броска, при выполнении ответной контратаки
- выполнять броски с выводом партнёра из равновесия.

##### *Владеет:*

- комплексом упражнений в области технико-тактической подготовки;
- навыком совершенствования спортивной техники под управлением педагога;
- начальной степенью готовности учащегося к соревнованиям.
- основными техническими действиями, выполнения приёмов и физических упражнений по борьбе дзюдо.

### **Объём и срок освоения программы**

Срок освоения программы – 1 год.

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