

Краткая аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«ДЖИУ-ДЖИТСУ»

Возраст учащихся: 6-12 лет

Срок реализации программы – 1 год.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Уровень программы – стартовый.

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: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством обучения таким видом спорта как джиу-джитсу.

Задачи программы:

Образовательные:

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

- продолжить обучение навыкам и умениям в физкультурно - оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

- закрепить знания в области гигиены, закаливания организма, самоконтроля в процессе занятий, здорового образа жизни;

- продолжить приобщать обучающихся к такому виду спорта как джиу-джитсу;

Развивающие:

- повысить технические и тактические навыки в джиу-джитсу, уровень развития физических качеств (силы, ловкости, выносливости, быстроты);

- формировать культуру движений, обогатить двигательный опыт физическими упражнениями

с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами джиу-джитсу;

- укреплять здоровье, через развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.

Воспитательные:

- воспитывать положительные качества личности, профилактика вредных привычек, асоциального поведения;

- формировать мотивации к физкультурно-спортивной деятельности через историю развития спорта, развитие психологической и коммуникативной культуры;

- формировать навыки здорового образа жизни, воспитание культуры поведения.

Планируемые результаты

Предметные:

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

- закрепление знаний в области гигиены, закаливания организма, самоконтроля в процессе занятий, здорового образа жизни;

- повышение качества знаний обучающихся в рамках физкультурно - спортивной направленности;

- выполнение технических действий из джиу-джитсу, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

- расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Личностные:

- снижение уровня заболеваемости обучающихся;

- повышение уровня культуры здоровья обучающихся;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.

Метапредметные:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий спортом;

- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря, оборудования, организации места занятий;

- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;

- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонами красоты.
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.

В результате освоения программы, обучающие должны иметь понятия о:

- воздействию джиу-джитсу на организм человека;
- значении здорового образа жизни;
- правилах техники безопасности;
- правилах борьбы джиу-джитсу;
- терминологии борьбы, жестов судьи;
- техники изученных приемов и тактику, индивидуальных действий;
- технически правильного осуществления двигательных действий в джиу-джитсу, использования их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- применении в борьбе изученных тактических действий и приемов;
- соблюдении правил борьбы;
- осуществлении соревновательной деятельности.

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы - 1 год: с 01.09.2023 г. по 31.08.2024 г.

Объем недельной нагрузки – 6 ч.

Объем часов за год – 276 ч., 46 недель.