

Краткая аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «ДЗЮДО»

Возраст учащихся: 6-12, 13-17 лет

Срок реализации программы – 9 месяцев.

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: содействовать всестороннему развитию занимающегося, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство посредством обучения техники дзюдо.

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;

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

- приобщить обучающихся к такому виду спорта как дзюдо;

Развивающие:

- развить технические и тактические навыки в дзюдо, уровень развития физических качеств

(силы, ловкости, выносливости, быстроты);

- сформировать культуру движений, обогатить двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами дзюдо;

- укрепить 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 навыки здорового образа жизни, воспитание культуры поведения.

- сформировать самодисциплину и организованность;

- воспитать чувство патриотизма, формировать у подрастающего поколения любви к Родине через участие в соревнованиях, спортивных и социально-значимых мероприятиях.

Планируемые результаты

Предметные:

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

- обогащение 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 дзюдо, 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 знать о:

- воздействии дзюдо на организм человека;

- значении здорового образа жизни;

- правилах техники безопасности;

- правилах борьбы в дзюдо;

- терминологии борьбы.

В результате освоения программы, обучающие должны уметь:

- применять изученные приемы и тактику индивидуальных действий в дзюдо, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- применять в борьбе изученные технические и тактические действия, приёмы и физические упражнения;

- применять полученные знания в соревновательной деятельности.

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы - 9 месяцев: с 11.09.2023 г. по 31.05.2024 г..

Объём недельной нагрузки – 4 ч.

Объём часов за год: 144 ч., 36 недель: 1 модуль – 64 ч. – 17 недель;

2 модуль – 80 ч. - 19 недель.