Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Название программы: «Кудо»

ФИО полностью, должность автора программы: Михаревич Владимир Владимирович – педагог дополнительного образования

Направленность программы: физкультурно - спортивная

Уровень освоения: стартовый, базовый.

Форма обучения: очная, групповая, индивидуальная. Основная форма обучения **–** групповая.

«Допускается сочетание различных форм получения образования …» (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 4) - дистанционная, групповая или индивидуально-групповая, индивидуальная.

В физкультурном отделении возможна организация образовательного процесса в соответствии с индивидуальными учебными планами

Возраст обучающихся: 7 – 17лет

Объём программы: 108 часов

Сроки реализации программы: 5 лет

Режим занятий. Учебно-тренировочный процесс подготовки юных кудоистов в секции осуществляется в два этапа:

- этап 1,2 и 3 годов обучения – 6 часов в неделю, 216 часов в год;
- этап 4 и 5 годов обучения – 6 часов в неделю, 216 часов в год.

Особенности организации образовательного процесса

На этапе 1 - 3 годов обучения осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники кудо, привитие «чувства партнера» посредством упражнений из различных игровых видов спорта и подвижных игр, выполнение контрольных тестов.

Продолжительность образовательного процесса первого и второго года обучения – 6 часов в неделю (216 часа в год). Занятия проводятся 3 раза в неделю по 120 минут (2 академических часа).

По окончании этапа 1 -3 годов обучения на основании успешного выполнения контрольных нормативов учащиеся переводятся на этап 4 и 5 годов обучения.

Основным направлением в работе на этапе 4 и 5 годов обучения является подготовка резерва в учебно-тренировочные группы. Зачисление учащихся на этап 4-5 годов обучения осуществляется на основе выполнения контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

Учебные группы мальчиков и девочек комплектуются совместно. Продолжительность образовательного процесса на этапе 4-5 годов обучения – 6 часов в неделю (216 часов в год). Занятия проводятся 3 раза в неделю по 120 минут.

При определении режима занятий учтены требования СанПина к учреждениям дополнительного образования, смена различных видов деятельности во время проведения занятий.

Дистанционные образовательные технологии - нет

Электронное обучение - нет

Программа реализуется в сетевой форме – нет

Используются технологии наставничества - нет

Заболевания- без ОВЗ

Требуется наличие мед. справки - да

Адрес реализации программы: с. Чугуевка**,** 50 лет Октября, д. 191, борцовский зал

Краткое описание программы

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует созданию необходимых условий для личностного развития учащихся,

позитивной социализации, удовлетворению индивидуальных потребностей, обучающихся в интеллектуальном развитии, обеспечении духовно-нравственного, гражданского, патриотического воспитания учащихся.

Исторически сложившиеся традиции использования приемов восточного боевого единоборства «Кудо» исключительно в целях самообороны, неразрывно сопровождающие физическую и технико-тактическую подготовку спортсменов кудоистов, делают этот вид единоборств важным средством физического и морально-волевого воспитания, а также пропаганды здорового образа жизни путем приобщения к занятиям физической культурой и спортом.

Цель программы: физическое воспитание и образование детей через организацию занятий кудо

Задачи:

воспитательные:

- воспитание патриотизма, трудолюбия и чувства коллективизма;
- ориентация на общечеловеческие ценности и поведение в соответствии с морально-эстетическими нормами и правилами;
- поддержка и содействие дальнейшему развитию одаренных детей

развивающие:

- развитие самодисциплины и самоконтроля, волевых качеств спортсмена;
- приобретение социального опыта деятельности и взаимодействия с ровесниками.
- повышение общего уровня культуры;
- укрепление здоровья и закаливание организма;
- физическое совершенствование

обучающие:

- получение знаний и умений в области кудо и усвоение правил борьбы;
- овладение основным арсеналом технических приемов и тактическими действиями по кудо;
- приобретение опыта участия в соревнованиях;

- усвоение элементарных знаний по личной гигиене;

- всесторонняя физическая подготовка с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений, скоростно-силовых качеств и общей выносливости.

Планируемые результаты

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 год обучения:

Обучающиеся должны знать:

- содержание, формы соревнований по кудо;

- историю развития кудо;

- основные требования, предъявляемые к личности спортсмена, основы формирования профессионального мастерства спортсмена;

- технику безопасности при занятиях физкультурно-спортивной деятельности;

- правила соревнований и судейства

Должны уметь:

- выполнять базовую технику кудо;

- проводить специальную разминку;

- участвовать в физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях, учебно-тренировочные сборах;

- выполнять технику кудо;

- владеть техникой и тактикой ведения боя в ринге;

- выполнять специальные упражнения кудоиста.

Овладеть:

- навыками специальных упражнений на снарядах;

- опытом выступлений в 2-3 соревнованиях.

2 год обучения:

Иметь представление:

- о классификации, систематике и терминологии кудо;

- об актуальных вопросах развития кудо.

Знать:

- развитие физических качеств кудоиста;
- основы тактико-технических действий кудоиста.

Уметь:

- выполнять технику кудо;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений по ОФП.

Овладеть:

- навыками комбинационных действий при выполнении специальных упражнений;
- навыками техники кудоиста;
- выполнения индивидуального плана тренировки и анализа его выполнения;
- составление тактического плана боя в соревнованиях;
- опытом выступлений в соревнованиях.

3 год обучения:

Иметь представление:

- о комплексном проявлении физических качеств: скоростно-силовая подготовка, силовая выносливость, координация движений;
- о предмете и задачах кудо.

Знать:

- цель, задачи и содержание тренировки;
- основные средства тренировки и методы их применения.

Уметь:

- выполнять план занятий по кудо;
- выполнять комплексы упражнений по специальной физической подготовке;
- совершенствовать выполнение приемов защиты и контрнападения техники кудо.

Овладеть:

- навыками применения технико-тактических действий кудоиста;
- участие в соревнованиях;

- участвовать в турнирах с выполнением норматива I спортивного разряда

4 год обучения:

Иметь представление:

- о комплексном проявлении физических качеств: скоростно-силовая подготовка, силовая выносливость, координация движений;
- о предмете и задачах кудо.

Знать:

- цель, задачи и содержание тренировки;
- основные средства тренировки и методы их применения.

Уметь:

- выполнять план занятий по кудо;
- выполнять комплексы упражнений по специальной физической подготовке.

К концу 5 года обучения учащиеся:

- получат знания по истории возникновения и развития кудо;
- приобретут умения и навыки по освоению техники кудо;
- приобретут умения и навыки, необходимые для успешного выступления на соревнованиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения учащиеся:

– будут обладать навыками межличностного функционально-ролевого взаимодействия в коллективе;

– повысят уровень физической подготовки, разовьют скоростные навыки, ловкость, выносливость, силу;

– расширят общекультурный кругозор.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения учащиеся:

– будут проявлять социальную активность, гражданскую и патриотическую позицию;

– будут иметь высокий уровень коммуникативной культуры;

– освоят способы физического саморазвития.

Средства обучения

Учебный кабинет (включая типовую мебель)

Полный текст образовательной программы представлен по ссылке: