

**Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности «Самбо»
(тренер-преподаватель Айдемиров А.А.)**

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурноспортивной направленности «Самбо» разработана для детей 8-17 лет, составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». Данная программа рассчитана на 2 года обучения и предусмотрена для учащихся, как имеющих, так и не имеющих специальных спортивных навыков, проявляющих интерес к занятиям по самбо, имеющих медицинский допуск.

Данная программа в большей степени направлена на развитие физических способностей, приобретение умений и навыков борьбы самбо. В ходе реализации программы используются личностно-ориентированные технологии обучения, позволяющие осуществить разностороннее развитие учащихся на основе индивидуальной работы с каждым учащимся.

Объем и срок освоение программы: Программа рассчитана на: 216 часов (1 группа 2 раза в неделю по 3 часа) Срок реализации программы 2 года.

Особенности организации образовательного процесса: группы сформированы из учащихся одной возрастной группы и весовой категории, состав групп постоянный. Занятия проводятся: 1 группа 2 раза в неделю по 3 часа (216 часов в год). Продолжительность 1 занятия – 45 мин.

Цели и задачи программы:

Цель программы:

Предметные - обучить техническим и тактическим элементам самбо с учетом соблюдения правил данного вида борьбы;

Метапредметные - сформировать умения и навыки, необходимые для спортивного роста и совершенствования, повышения уровня всестороннего развития личности;

Личностные - воспитывать уважение к товарищам, высокую сознательность,

элементарные навыки самоконтроля, умение преодолевать трудности и другие морально волевые качества

На протяжении спортивно-оздоровительного этапа подготовки начинающие юные борцы должны познакомиться с техникой нескольких видов спорта: легкой атлетики, акробатики, игровых и единоборных видов.

Программа предусматривает осуществление физкультурно - оздоровительной работы, направленной на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники самбо, выборе спортивной специализации.

Задачи программы:

Обучающие:

- способствовать развитию спортивного мастерства в борьбе самбо
- техническим приёмам, тактическим действиям и правилам борьбы самбо
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки на занятиях;
- познакомить с общим представлением о мире спорта.

Развивающие:

- развить двигательные способности у учащихся
- укрепить личностные качества учащихся: выносливость, смелость, дисциплинированность
- сформировать социальную активность и ответственность.

Воспитательные:

- воспитать нравственные и волевые качества
- воспитать чувства «партнёрского плеча», дисциплинированности, взаимопомощи
- сформировать у учащихся интерес к самостоятельным занятиям спортом в свободное время
- сформировать у учащихся потребность ведения здорового образа жизни
- содействовать патриотическому воспитанию подрастающего поколения