

АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеразвивающей программе в области физической культуры и спорта «Киокусинкай»

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Киокусинкай» составлена в соответствии со следующими документами:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Письма Минбортнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

4. Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 Министерства образования и науки Российской Федерации.

5. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Требованиями СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2

Настоящая программа является основным документом, определяющим направленность и содержание тренировочного и воспитательного процессов на отделении киокусинкай.

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: стартовые

Актуальность обусловлена противоречиями между потребностями обучающихся в занятиях нестандартными, увлекательными видами восточных единоборств, что подтверждается запросами на данный вид образовательной услуги, и отсутствием общеразвивающих программ по дисциплине спортивные единоборства - Киокусинкай – каратэ, адаптированных и рекомендованных для учреждений дополнительного образования детей.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что занятия по данной программе помогают решить проблему занятости свободного времени детей, формируют развитие физических качеств и проявляют устойчивый интерес к занятиям физической культуры.

Цель программы: формирование у обучающегося начального двигательного навыка выполнения основ дисциплины киокусинкай, содействие всестороннему развитию.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение основным двигательным действиям;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта, техническими действиями и приемами в дисциплине «Киокусинкай»;

Развивающие:

- развивать физические качества посредством физических упражнений;
- развивать мотивацию к самопознанию, самообразованию, саморазвитию;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены.

Воспитательные:

- воспитывать культуру спортивного поведения;
- формировать потребность к взаимному уважению, ответственности, значимости внутри группы;

Отличительные особенности данной дополнительной общеразвивающей программы от уже существующих в развитии духовных и физических возможностей личности обучающихся, а также формирование активной жизненной позиции путём физического и морального совершенствования.

Адресат программы: обучающиеся желающие заниматься киокусинкай, имеющие письменное разрешение врача (медицинская справка, с отметкой о группе здоровья)

Форма обучения: очная

Сроки реализации программы: 39 недель (228 часов)

Возраст обучающихся: 8 - 18 лет. Группы формируются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Наполняемость учебной группы:

Минимальная наполняемость группы 12 человек

Максимальная наполняемость группы 16 человек

Формы организации занятия: групповые, индивидуальные.

Режим учебно-тренировочных занятий: занятия проводятся три раза в неделю по 2 академических часа в соответствии с расписанием, утвержденным администрацией школы. Продолжительность одного академического часа 45 минут.

Язык обучения: русский.

Способы определения результативности.

Выполнение контрольных нормативов по общей физической подготовке в начале учебного года (сентябрь) и в конце учебного года (май).

Формы оценки качества реализации программы

Диагностика:

- Входящих контроль.
- Текущий контроль.
- Опрос.
- Итоговая аттестация.

1. Учебный план

Разделы	Количество часов	Формы аттестации/контроля
Теория	8	опрос
Общая физическая подготовка	95	сдача контрольных нормативов
Специальная физическая подготовка	57	сдача контрольных нормативов
Специальная техническая подготовка	64	Наблюдение
Аттестация	4	Тестирование
Всего часов за 39 недель	228	