|  |  |
| --- | --- |
|  | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности **«Основы боевого самбо » (Базовый уровень)**Направленность (образовательная деятельность): Физкультурно-спортивнаяСведения об авторе (авторах): Солнцева И.Ю - тренер - преподаватель по самбо МАУДО «ДЮСШ».Лопатюк М.А.- зам по УВР МАУДО «ДЮСШ»Соболева А.В. - инструктор-методист МАУДО «ДЮСШ»Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Основы боевого самбо» (Базовый уровень)** имеет физкультурно-спортивную направленность и составлена в соответствии с нормативными правовыми документами:- Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г.№ 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;- письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. № 09-3242«Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;- приказом Министерства образования и науки Мурманской области от 22.08.2023 №1303 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Мурманской области»;- распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;Содержание программы «Основы боевого самбо» предусматривает приобретение необходимых базовых знаний и навыков по физической и технической подготовленности юных борцов и регламентирует организацию и планирование тренировочного процесса борцов на базовом уровне.Возраст обучающихся: 11 – 17 летСрок реализации: 1 год обучения 10 месяцев, 2 год обучения 10 месяцев.Аннотация к программе:**Цель программы:** разностороннее физическое развитие, укрепление здоровья, воспитание гармоничной и социально-активной личности посредством обучения боевому самбо. **Основными задачами реализации программы являются:****Обучающие:**- овладение основами техники выполнения физических упражнений и освоение техники спортивных и подвижных игр;- формирование культуры движений, двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;- освоение знаний о боевом самбо, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;- овладение основами технических приѐмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в спорте, основам индивидуальной, групповой и командной тактики в боевом самбо;- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям боевым самбо, формирование стойкого интереса к занятиям спортом;**Развивающие:*** развитие и совершенствование физических качеств (с преимущественной направленностью на быстроту, ловкость и гибкость);
	+ укрепление здоровья, повышение функциональных способностей организма;

- развитие выносливости;* развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.
* обучение техники владения мячом и развитие координационных способностей.

**Воспитательные:*** развитие у обучающихся мотивации познания и достижений, поиска новых познавательных ориентиров в спорте;

- воспитание положительных качеств личности: активность, настойчивость, целеустремленность, трудолюбие, самостоятельность;* воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим; чувства товарищества, чувства личной ответственности;
* воспитание соблюдения норм коллективного взаимодействия и сотрудничества умения предупреждать конфликтные ситуации во время занятий, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладания при проигрыше и выигрыше.

Перечень методических приложений к программе: специальная и учебная литература. |