

муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования детей
г. Ростова-на-Дону «Детско-юношеская спортивная школа № 7»
МБУ ДО ДЮСШ № 7 г. Ростова-на-Дону

АННОТАЦИЯ

к общеразвивающей программе дополнительного образования
по виду спорта спортивная борьба для групп старшего возраста

Наименование программы: Авторская общеразвивающая программа дополнительного образования виду спорта спортивная борьба для спортивно оздоровительных групп старшего возраста

Утверждена приказом по МБУ ДО ДЮСШ № 7 от 31.08.2022 № 246-О

Форма реализации программы: очное обучение с применением электронного обучения и дистанционных технологий

Направленность: Программа направлена на укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники вида спорта спортивная борьба в процессе многолетних регулярных занятий.

Актуальность: Разработка программы обоснована высоким спросом социума на обучение детей и подростков начальным навыкам и умениям по спортивной борьбе, а так же необходимостью приведения образовательного процесса МБУ ДО ДЮСШ № 7 в соответствии требованиям и нормам Российского законодательства в сфере образования и физической культуры и спорта

Участники программы: дети 13-18 лет

Срок реализации программы -5 лет

Цель программы: Обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья обучающихся, воспитание социально-активной личности через обучение элементам спортивной борьбы.

Содержание программы: программа содержит основные требования по возрасту, численному составу занимающихся, объему учебно-тренировочной работы, объему соревновательной деятельности, содержанию и направленности воспитательной работы, содержанию видов подготовки, (в том числе программный материал по технической тактической подготовке и теоретической подготовки)

Виды подготовки

Общая физическая подготовка
Специальная физическая подготовка
Участие в соревнованиях
Техническая подготовка
Тактическая подготовка
Теоретическая подготовка
Психологическая подготовка
Контрольные нормативы
Игровая деятельность

Основные показатели выполнения программных требований:

- стабильность состава обучающихся при посещении ими учебно-тренировочных занятий;
- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств и технических навыков обучающихся;
- рост интереса и мотивации у обучающихся к систематическим занятиям спортивной борьбой.

Формы контроля:

Сдача контрольных нормативов по обще-физической , специальной-физической подготовке , тестирование по технической подготовке.