

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«САМБО»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 18 недель: 72 ч.

Возрастная категория: 8-10 лет

Форма обучения: очная, очно-дистанционная

Вид программы: модифицированная

Автор составитель: Демиденко Александр Юрьевич

Цель программы: Создание условий для разностороннего физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка средствами спортивной борьбы самбо.

Краткое описание:

Содержание Программы направлено на приобщение детей к занятиям спортом, обеспечение укрепления здоровья и всестороннее гармоничное развитие учащихся, их физической подготовленности, формирование жизненно-важных двигательных умений и навыков. Программы обусловлена необходимостью вовлечения обучающихся в социально-активные формы деятельности, а именно в борьбу самбо. Программа направлена на формирование устойчивого интереса к занятиям спорта, развитие двигательных умений и навыков, проведение физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы, направленной на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники самбо. Занятия по спортивному самбо направлены на развитие движений, совершенствование двигательных навыков и физических качеств (ловкость, гибкость, силу, выносливость). Эти особенности самбо создают благоприятные условия для воспитания умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями.