



Утверждаю:

Директор

МАУ ДО ДДТ «РАДУГА»

 Т.Н.Стаценко

АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Базовое дзюдо»

Автор-составитель:

Губенко Роман Рустамович,

педагог дополнительного образования

Борьба дзюдо - популярнейший вид спорта, имеющий огромное воспитательное, оздоровительное и прикладное значение. Занятия борьбой в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья, всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов, привитие здорового образа жизни, обеспечение необходимых условий для личностного развития детей, нравственного воспитания, морально-волевых качеств, формирование жизненно-важных двигательных умений и навыков, создание условий для раскрытия физических и психологических способностей детей, привитие навыков личной и общественной гигиены. Дзюдо – это вид спортивной борьбы, культивируемый в большинстве стран мира. Дзюдо способствует в большей степени, чем другие виды спорта, не только физическому, но и культурному, духовному развитию молодого человека, формирует вокруг себя особую атмосферу общения, увлеченности не просто видом спорта и присущими ему двигательными навыками, а собственной индивидуальной культурой, выходящей далеко за рамки спорта.

Актуальность программы заключается в том, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных организациях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности обучающихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Многообразие игровых упражнений и заданий позволяет наиболее успешно решать задачи начального физического воспитания, когда закладывается основа для развития двигательных способностей и всех систем организма детей.

Главной особенностью данной программы является привитие детям понятия о культуре здорового образа жизни. Программа направлена на

создание психологически комфортной обстановки, эмоционального благополучия ребёнка в игровых формах занятий.

Программа, прежде всего, ориентирована на решение задач здоровьесбережения и здоровьеумножения обучающихся. Физкультурно-оздоровительный процесс осуществляется с учетом возрастных особенностей обучающихся. Занятия в группах направлены на создание прочного фундамента будущих спортивных достижений: привить интерес к занятиям дзюдо, обеспечить всестороннее и гармоничное развитие растущего организма детей, повысить общий уровень его функциональных возможностей, сформировать основы техники.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022246

Владелец Стаценко Татьяна Николаевна

Действителен с 18.04.2023 по 17.04.2024