

## ПАСПОРТ

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
физкультурно-спортивной направленности: «РУКОПАШНЫЙ БОЙ»  
(наименование программы с указанием направленности)

Наименование муниципалитета	<b>город Краснодар</b>
Наименование организации	<b>МБОУ ДО СШ№ 4</b>
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	<b>4741</b>
Полное наименование программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности: «Рукопашный бой»
Механизм финансирования ( муниципальное задание, внебюджет)	муниципальное задание
ФИО автора (составителя) программы	М.В. Анастасова, С.А. Полтавич, К.Е. Машов, А.В. Огняник, Д.С.Холкин
Краткое описание программы	Дисциплина, физические нагрузки, регулярные тренировки вот где закаляется мужской характер. Воспитать силу воли, укрепить здоровье, адаптировать организм к стрессовым ситуациям поможет обучение по нашей общеразвивающей программе «Рукопашный бой». Минимальный возраст для зачисления ребят составляет 6 лет. Весь материал излагается по предметным областям, что позволяет тренеру – преподавателю дать единое направление в тренировочном процессе и подготовить ребенка к дальнейшему обучению на предпрофессиональном уровне. Основными формами занятий являются: групповые практические занятия; индивидуальные уроки тренера с отдельными спортсменами; самостоятельная работа учащихся, контролируемая тренером-преподавателем (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий, лекции и беседы; просмотры учебных кинофильмов и соревнований; участие в

	соревнованиях). В летний оздоровительный период учащиеся школы имеют возможность восстановиться и оздоровиться в горах и на побережье Краснодарского края.
Форма обучения	очная
Уровень содержания	базовый
Продолжительность освоения (объём)	276
Возрастная категория	6-18 лет
Цель программы	Содействовать всестороннему, гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья детей.
Задачи программы	<p>Привлечение максимально возможного числа желающих заниматься систематически занятиями физической культурой и спортом;</p> <p>Создание необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации профессионального самоопределения, адаптации к жизни в обществе;</p> <p>Удовлетворение индивидуальных потребностей детей в занятиях физической культуры и спорта</p> <p>Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;</p> <p>Воспитание волевых, моральных, этических и эстетических качеств у обучающихся.</p> <p>Адаптация организма к физическим нагрузкам в процессе тренировки.</p> <p>Воспитание дисциплинированности, настойчивости, целеустремлённости, смелости, воли, решительности и самодисциплины.</p>
Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. учащийся научится выполнять упражнения, предназначенные для повышения основных физических качеств,</li> <li>2. учащийся будет меньше болеть, станет более дисциплинированным,</li> </ol>

	<p>3. приобретет интерес к систематическим занятиям спортом.</p> <p>4. учащийся будет выполнять упражнения, развивающие физические качества в объеме, заданном программой,</p> <p>5. выработает настойчивость и самодисциплину,</p> <p>6. улучшит свои показатели в упражнениях, развивающих физические качества,</p> <p>7. усилит волю, смелость и решительность,</p> <p>8. не потеряет интерес к занятиям</p> <p>9. приобретёт необходимые спортсмену психологические качества,</p> <p>10. сохранит интерес к занятиям.</p>
<p>Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)</p>	<p>предусмотрены</p>
<p>Возможность реализации в сетевой форме</p>	<p>предусмотрены</p>
<p>Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий</p>	<p>предусмотрены</p>
<p>Материально-техническая база</p>	<p>Учащиеся могут заниматься в обычной спортивной одежде.</p> <p>Помещение для тренировок должно быть оборудовано борцовским ковром.</p> <p>Во время практических занятий необходимо использовать скакалки, груша боксерская, лапы боксерские, лапы ракетки, мешок боксерский, макивары.</p>