

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 4

Принята:
на заседании педагогического совета
МБОУ ДО СШ № 4
Протокол № 11
от «26» июня 2024 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ ДО СШ № 4



Л.А. Ахиджак
«26» июня 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ТХЭКВОНДО ГТФ»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 276 часов

Возрастная категория: 6-18 лет

Состав группы: до 30 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 46540

Авторы-составители:

М.В. Анастасова – заместитель директора
С.А. Полтавич-старший инструктор-методист
С.В. Зипунов, С.В. Кардашян-тренеры-преподаватели

г. Краснодар, 2024 год

Раздел 1

«Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Спортивная школа № 4 муниципального образования город Краснодар проводит свою работу согласно годовому плану, календарю спортивно-массовых мероприятий и в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 08.06.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.07.2020) и Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденную распоряжением правительства РФ от 4 сентября 2014 года. № 1726-р; Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196; СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Данная программа направлена на отбор одарённых детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получение ими начальных знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта (в том числе в избранном виде спорта); подготовку к успешному переводу на базовый уровень, в том числе в дальнейшем для освоения программ спортивной подготовки; подготовку одарённых детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

Направленность (профиль) программы – физкультурно-спортивная. Программа предназначена для развития личности и формирования здорового образа жизни, для овладения широким кругом знаний, умений, навыков и спортивного мастерства, необходимых спортсменам.

Уровни программы – базовый.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Новизна программы заключается в комбинировании материалов нескольких программ, выделении наиболее важных принципов и содержательных элементов, строгом соблюдении принципа последовательного увеличения сложности выполнения заданий, задействовании большого количества игровых упражнений и спортивных игр.

Актуальность данной программы обусловлена глубоким пониманием необходимости здорового образа жизни. Она направлена на формирование у детей устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств. Программа включает в себя постоянное совершенствование спортивного мастерства с использованием новых технологий, тренажеров в условиях малоподвижного образа жизни современных детей.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что в образовательном процессе применяются современные педагогические технологии группового и индивидуального обучения, здоровьесберегающие технологии, технологии проектного обучения, дополнительные индивидуальные тренировки. У учащихся формируются жизненно важные навыки: ответственность, самостоятельность, стойкость характера, взаимопомощь.

Отличительные особенности в том, что предусмотрено большее количество часов по общей и специальной физической подготовки, активное участие в проведении спортивных мероприятий, для закрепления изученного материала и повышения спортивного мастерства. Освоение учебного материала даёт возможность воспитанникам добиваться отличных показателей не только по физической культуре, но и формировать такие качества личности как дисциплинированность, уверенность в своих силах, спокойствие, рассудительность, бескорыстие, доброта, творческое воображение, фантазия. А также развивает реактивность мышления в соответствии со складывающейся ситуацией, в том числе и трудной, спонтанность реакции. Особая роль занятий состоит в духовно-нравственном воспитании детей и подростков, т.к. в основе контактных единоборств лежат «воинская мораль» и «боевая добродетель», принципы которой заключаются в следующем:

- исключить жестокость;
- проявить благородство;
- вершить справедливость;
- уважать старших;
- любить ближних;
- защищать слабых;
- дорожить истиной;
- помогать нуждающимся;
- не использовать свою силу и умения во зло;
- не бить лежачего;
- не отступать назад.

В программу включены: усиленная общефизическая и техническая подготовка; выполнение в процессе обучения спортивного разряда.

Адресатом данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются учащиеся в возрасте 6-18 лет. В спортивно-оздоровительные группы могут быть зачислены учащиеся, желающие заниматься тхэквондо ГТФ и не имеющие противопоказаний для занятием спортом.

Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Уровень программы – базовый.

Объем программы – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, составляет 276 учебных часов (базовый уровень 1 модуль – 78 ч.; 2 модуль – 198 ч.).

Срок реализации программы. Программа рассчитана на 1 год обучения и рассчитана на возможность повторного прохождения данного курса. 276 часов в год, в неделю - 6 часов, для непрерывной подготовки учащихся в программу включается самоподготовка (до 10%).

Форма обучения – очная.

Режим занятий. Занятия по программе проводятся: три раза в неделю по 2 часа. Учебный час составляет 45 минут. Численность в объединении 10 - 30 человек.

Особенности организации образовательного процесса. Программа курса рассчитана на одно годичное обучение. Занятия проводятся в форме бесед, тренировок и практических занятий, где проводятся тренировочные бои с разбором действий обучающегося в сложившихся ситуациях. Теоретические и практические занятия проводится в спортзале. Теоретические и практические занятия проводятся с использованием наглядных материалов, тренажеров, тестов, тренинг – программ. Тренер-преподаватель воспитывает у учащихся умение самостоятельно принимать правильные решения, неукоснительно соблюдать правила безопасности соревнований.

Занятия групп проводятся согласно санитарно-эпидемиологических требований к учреждениям дополнительного образования детей (СанПиН) и согласно утвержденного расписания.

Учебная программа и учебный план рассчитан на 46 недель в год. Реализация данной программы возможна с примирением информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих освоение учащимися образовательных программ в полном объёме независимо от места нахождения учащихся. *То есть дистанционных и комбинированных форм*

взаимодействия в образовательном процессе. Предусмотрена возможность реализации в сетевой форме.

Цель программы - формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья и разностороннее физическое развитие учащихся через обучение тхэквондо ГТФ.

Задачи программы:

Образовательные:

удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой и спортом;

профессиональную ориентацию учащихся;

удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов учащихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами программы;

боевое искусство как средство индивидуального самосовершенствования.

Личностные:

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;

обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического воспитания учащихся;

социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;

формирование физических качеств;

освоение комплекса техник и приемов для самозащиты;

воспитывать волевые качества дисциплинированность, целеустремленность, настойчивость, выдержку, самообладание.

Метапредметные:

обучение специальным умениям и навыкам, необходимым для службы в Российской Армии;

развивать интерес к истории и традициям спорта;

сформировать мотивации на регулярные занятия физической культурой и спортом.