

## ПАСПОРТ

### дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Смешанные единоборства. Карате»

Наименование муниципалитета	Гулькевичский район
Наименование организации	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр «Кавказская линия» муниципального образования Гулькевичский район
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Смешанные единоборства. Карате»
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	В рамках муниципального задания
ФИО автора (составителя) программы	Капенский Денис Владимирович, инструктор по физической культуре
Краткое описание программы	Установка на всестороннее развитие личности средствами карате, предполагает овладение обучающимися основами физической культуры и специальными упражнениями из карате, слагаемыми которых являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и способы (умения) осуществлять физкультурно- оздоровительную и спортивную деятельность.
Форма обучения	очная
Уровень содержания	базовый
Продолжительность освоения (объём)	263 часа
Возрастная категория	от 6,5 до 15 лет
Цель программы	<u>Цель</u> программы: Создание условий для гармоничного физического и личностного развития обучающихся, сохранения и укрепления их здоровья средствами смешанных единоборств, в частности карате.
Задачи программы	<u>Образовательные:</u> - знакомство с основами знаний по карате, изучению техники и тактики традиционного карате, знакомство с организацией и проведением занятий и соревнований, знакомство с технико-тактическими действиями, знакомство с терминологией, знакомство с нормативами. - обучить технико-тактическому арсеналу учащихся в спортивных единоборствах; - способствовать приобретению учащимися соревновательного опыта с целью повышения спортивных результатов.

	<p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повысить уровень физической, технической и функциональной подготовленности учащихся;</li> <li>- развивать способности к самоконтролю и саморегуляции.</li> </ul> <p>овладение основами техники Киокушинкай карате, всестороннее физическое развитие и укрепление здоровья, умения выполнять требования спортивного разряда.</p> <p><u>Воспитательные задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать устойчивый интерес и сознательное отношение учащихся к занятиям;</li> <li>- содействовать адаптации учащихся к условиям соревнований;</li> <li>- воспитать стремление к победам, смелость, решительность и уверенности в себе;</li> <li>- воспитание морально-волевых качеств; дисциплинированности; трудолюбия; инициативности; настойчивости; смелости; решительности; честности; доброжелательности.</li> </ul>
Ожидаемые результаты	<p>После прохождения первого этапа обучения (год начальной подготовки) предполагаются следующие результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность стойкого интереса к занятиям карате;</li> <li>-укрепление здоровья;</li> <li>-первичное становление специальных качеств, определяющих успехи в каратэ.</li> </ul> <p><u>Предметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- познакомятся с основами судейства соревнований по спортивным единоборствам;</li> <li>- овладеют технико-тактический арсенал в спортивных единоборствах.</li> </ul> <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повысят уровень физической, технической и функциональной подготовленности учащихся;</li> <li>- разовьют способности к самоконтролю и саморегуляции.</li> </ul> <p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформируют устойчивый интерес и сознательное отношение к занятиям;</li> <li>- адаптируются к условиям соревнований;</li> <li>- воспитают стремление к победам, смелость, решительность и уверенности в себе.</li> </ul>
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Занятия проводятся для детей без ограничений по здоровью
Возможность реализации в сетевой форме	нет
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	нет

<p>Материально-техническая база</p>	<p>Для занятий по программе необходимо следующее материально-техническое оснащение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивный зал;</li> <li>- оборудование спортивного зала (татами, гимнастические стенки, макивары тренажеры).</li> </ul> <p><u>Оборудование, инструменты и материалы, необходимые для реализации программы, включают в себя</u> перечень личного снаряжения: спортивная форма одежды (кимоно), комплект защиты (шлем перчатки, щитки голень-стопа, ракушка (на пах), нагрудник (для девочек)).</p> <p><u>Пособия</u>, используемые при проведении теоретических занятий: наглядные пособия (книгоиздательская литература, плакаты, видеофильмы, фотоматериалы);</p> <p><u>оборудование и приборы для демонстраций, практикумов;</u></p> <p><u>Техническое оснащение:</u> компьютер, принтер, интернет, проектор.</p>
-------------------------------------	---