

## Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Первые шаги в каратэ-до»

**Разработчик программы:** Мустафаев Вагиф Русланович, педагог дополнительного образования

**Адресат программы:** дети 5-7 лет. Обязательное условие – справка от врача о состоянии здоровья ребенка по допуску к занятиям.

**Срок реализации:** 2 года

**Направленность:** физкультурно-спортивная

Дополнительная общеразвивающая программа «Первые шаги в каратэ – до» составлена на основе личного опыта работы составителя программы, с учётом опыта работы коллег в области физкультурно-спортивной направленности.

**Цель:** развитие физических, нравственных и духовных качеств личности на основе обучения каратэ-до.

**Педагогическая целесообразность** программы состоит в том, что в процессе её реализации, учащиеся овладевают знаниями, умениями, навыками, необходимыми для гармоничного общефизического и духовного развития, овладения приёмами самообороны, психологической устойчивости к трудностям, укрепления здоровья. Преимуществом этого направления учебно-воспитательной работы является возможность привлечения детей к данным спортивным занятиям, доступность, очевидная эффективность и полезность не только для человека, но и для общества в целом.

Обучение и воспитание подрастающего поколения средствами каратэ-до можно рассматривать как здоровьесберегающую технологию, ориентирующую детей и подростков, юношей и девушек на здоровый образ жизни. Ребенок в процессе занятий каратэ-до обучается методикам укрепления своего здоровья. Реализуя спортивно-оздоровительную функцию, программа по каратэ-до призвана пропагандировать здоровый образ жизни, развивать систему профилактики и коррекции здоровья. Боевые искусства – это один из путей расширения собственных возможностей.

Освоение программы по каратэ-до дает возможность ребенку добиться отличных показателей не только по физической культуре и спорту, но и формировать такие качества личности, как дисциплинированность, спокойствие, рассудительность, бескорыстие, доброта, творческое воображение и другие. Благодаря систематическим занятиям, предусмотренным дополнительной общеразвивающей программой «Первые шаги в каратэ-до», учащиеся укрепляют психическое и физическое здоровье, развивают специальную физическую и техническую подготовку, совершенствуют в себе качества личности.

Программа рассчитана на воспитание и обучение детей в пространстве дополнительного образования, а потому нацелена на создание условий для приобщения воспитанников к общечеловеческим ценностям, на обеспечение и профилактику асоциального поведения. Занятия боевыми искусствами открывают перед молодым поколением пути к более полноценной и насыщенной жизни.

При реализации программы используются **методические пособия и разработки:**

1. Курамшин Ю.Ф. «Теория и методика физической культуры [Текст]: Учебник. М.: Советский спорт, 2004.- 464с.
2. Юшков О.П. Совершенствование методики тренировки и комплексный контроль за подготовленностью спортсменов в видах единоборств [Текст]:.- М.: МГИУ, 2001
3. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста [Текст]:. / Методическое пособие. – М. Айрис пресс, 2004, - 112 с.

В ходе реализации программы проводится входной контроль: наблюдение за выполнением физических упражнений с целью определения физических способностей учащихся. Текущий контроль проводится в течение учебного: диагностика физических способностей учащихся в форме наблюдения и выполнения физических упражнений (тестов). Промежуточная аттестация проводится в конце 1-го года обучения, итоговая аттестация – в конце 2-го года обучения в форме экзамена на ученический уровень КЮ, 7 и 8 КЮ и мониторинга планируемых результатов.