
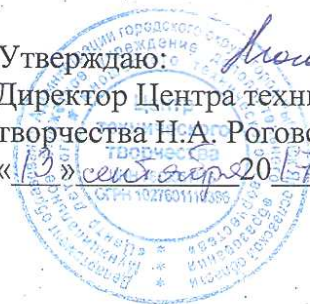


Департамент образования администрации городского округа город Рыбинск
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского и юношеского технического творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
от «13» 09 2017 г.
Протокол № 1

Утверждаю: 
Директор Центра технического
творчества Н.А. Роговская
«13» сентября 2017 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Юный самбист»**

Возраст детей: 7-10 лет
Срок реализации: 3 года

Автор: Камышев С.Б.,
педагог дополнительного
образования

Методическое сопровождение:
Богданова Галина Викторовна,
руководитель структурного
подразделения Центра технического
творчества

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный самбист» имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа предполагает раннее развитие основных двигательных навыков младших школьников и направлена на укрепление здоровья и всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов. Борьба «самбо» - это, прежде всего, наука обороны, которая учит не только самозащите, но и формирует твердый характер, стойкость и выносливость, необходимые в профессиональной и общественной деятельности. Занятия борьбой самбо способствуют выработке самодисциплины, формированию нравственных качеств, необходимых для достижения жизненных целей.

Дополнительная образовательная программа «Самбо» модифицированная, создана на основе программы обучения по самбо Кербунова А.Н., зам. директора по УВР СДЮСШОР № 12 г. Рыбинска, примерных программ спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков) и адаптирована для дополнительного образования.

Отличительными особенностями программы, ее **новизной** является то, что данная образовательная программа разработана для детей с отсутствием опыта в спортивных единоборствах – для новичков. Ознакомление с базовыми навыками осуществляется посредством спортивных, развивающих игр. Включение в тренировку подвижных игр способствует созданию у занимающихся положительных эмоций, что облегчает процесс освоения технико-тактических действий, помогает поддерживать интерес к занятиям на протяжении всего тренировочного цикла. Игровая форма проведения занятий вызывает большой эмоциональный отклик у детей младшего школьного возраста, что позволяет реализовать в игровой форме стремление к соперничеству, развитию ловкости, смелости, способствует преодолению чувства неуверенности.

Цель программы: предоставление условий для развития физических качеств младших школьников и привития им навыков здорового образа жизни.

Набор в объединение осуществляется на добровольной основе. К занятиям допускаются учащиеся, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, имеющие допуск врача.

Срок реализации программы – 3 года.

Программа рассчитана на учащихся младшего школьного возраста от 7 до 10 лет.

Форма работы: групповая.