

АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеразвивающей программе
в области физической культуры и спорта «Кикбоксинг»

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Кикбоксинг» составлена в соответствии со следующими документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015г. № 09-32-42);
5. Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Требованиями СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: стартовый

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время физическая культура и спорт является самой популярной и массовой деятельностью среди детей. Данная программа направлена на разностороннее развитие личности обучающегося.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что занятия по данной программе помогают решить проблему занятости свободного времени детей, формируют развитие физических качеств и проявляют устойчивый интерес к занятиям физической культуры.

Цель программы: формирование у обучающего начального двигательного навыка выполнения основ дисциплины кикбоксинг.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение основным двигательным действиям;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта, техническими действиями и приемами в дисциплине «Кикбоксинг»;

Развивающие:

- развивать физические качества посредством физических упражнений;
- развивать мотивацию к самопознанию, самообразованию, саморазвитию;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены.

Воспитательные:

- воспитывать культуру спортивного поведения;
- формировать потребность к взаимному уважению, ответственности, значимости внутри группы;

Адресат программы – обучающиеся желающие заниматься кикбоксинг, имеющие письменное разрешение врача (медицинская справка, с отметкой о группе здоровья)

Форма реализации программы: - очная

Сроки реализации программы: 39 недель (228 часов)

Возраст обучающихся: 8 - 18 лет. Группы формируются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Наполняемость учебной группы:

Минимальная наполняемость группы 12 человек

Максимальная наполняемость группы 16 человек

Формы организации занятия: групповые, индивидуальные

Режим занятий: занятия проводятся три раза в неделю по 2 академических часа в соответствии с расписанием, утверждённым администрацией школы. Продолжительность одного академического часа 45 минут.

Язык обучения: русский.

Способы определения результативности.

Основными показателями результативности обучающихся является выполнение программных требований.

Формы оценки качества реализации программы

Диагностика:

- Входящий контроль
- Опрос
- Текущая аттестация
- Итоговая аттестация

Учебный план

Разделы	Количество часов	Формы аттестации/контроля
	1 год	
Теория	8	опрос
Общая физическая подготовка	95	сдача контрольных нормативов
Специальная физическая подготовка	57	сдача контрольных нормативов
Технико - тактическая подготовка	64	Наблюдение
Аттестация	4	Тестирование
Всего часов за 39 недель	228	