

МБУ ДО ДЮСШ

АННОТАЦИЯ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «УШУ»

Программа составлена в соответствии с ч.4. ст.75 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»), приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

Актуальность программы заключается в том, что занятия спортивным ушу способствуют гармоничному развитию ребенка, формированию духовного и физического начал в человеке, оздоровлению, профилактике простудных, дыхательных, неврологических заболеваний, развитию творчества в детях и лидерских качеств.

Значимость программы заключается в следующем: ушу является сложно-координационным видом спорта, оказывающим разностороннее воздействие на организм занимающегося. Многообразие видов ушу делает его доступным средством физической культуры для разных возрастных групп занимающихся. Ушу способствует развитию таких качеств, как ловкость, сила, выносливость, быстрота реакции; развивает координацию, чувство равновесия, даёт необходимые навыки самообороны. Важной положительной чертой является и то, что занятия ушу не требуют специального инвентаря и оборудования и не предъявляют завышенных требований к месту их проведения.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что ушу как вид спортивной деятельности решает задачу оздоровления детей. Профилактика простудных заболеваний, дыхательных, неврологических заболеваний, плоскостопия, формирование правильной осанки и укрепление опорно-двигательного аппарата в целом. Занятия в коллективе позволяют снять стресс, решают проблему дефицита общения.

Программа по своей направленности является физкультурно-спортивной.

Уровень: стартовый.

Отличительной особенностью данной программы в том, что она:

-ориентирована на развитие физических способностей и творческого потенциала школьников разных возрастных групп;

- использование игровых заданий, что повышает мотивацию детей к занятиям, развивает их познавательную активность;

Адресаты программы: программа рассчитана на работу с учащимися 6-10 лет в спортивно-оздоровительных группах (СОГ).

Формы занятий:

- практические занятия;
- беседа;
- открытые уроки;
- показательные выступления;
- соревнования;
- контрольное тестирование;
- игровое занятие.

Формы организации обучения: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

Срок освоения программы: 1 год.

Учебные занятия в МБУ ДО ДЮСШ проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель непосредственно в условиях спортивной школы

Режим занятий: Занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа (90 мин). Один час составляет - 45 минут, организационные моменты – 5 минут, проветривание помещения - 10 минут.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1-й	6 часов	276 часов

Наполняемость групп составляет от 15 до 25 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ДЮСШ.