

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для групп начальной подготовки по дзюдо

Дзюдо – это вид спортивной борьбы, культивируемый в большинстве стран мира. В России дзюдо является одним из популярных видов спорта. На сегодняшний день дзюдо является олимпийским видом спорта.

Занятия этим видом единоборства направлены на физическое и духовное совершенствование личности на основе совершенствования техники, тактики и философии дзюдо.

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность, рассчитана на детей в возрасте от 7 до 14 лет. Программа рассчитана на 3 года. На данную программу принимаются дети, прошедшие обучение по программе: «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для групп начальной подготовки по дзюдо» (минимум 1 год), а также группа формируется по результатам выполнения требований ОФП. В течение учебного года возможен приём обучающихся (новичков) при условии наличия вакантных мест, медицинского допуска, анкеты-заявления от родителя (законного представителя). Учебно-тренировочный процесс рассчитан на 36 учебных недель.

1 модуль (I год обучения):

Оптимальная наполняемость группы – от 7 до 16 человек, основной возраст обучающихся: мальчиков и девочек 7-10 лет. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

2 модуль (II год обучения):

Оптимальная наполняемость группы – от 7 до 14 человек, основной возраст обучающихся: мальчиков и девочек 8-13 лет. Данная группа формируется на конкурсной основе из обучающихся прошедших необходимую подготовку и выполнивших приемные тест-нормативы по подготовке, установленных федеральным стандартом. В течение учебного года возможен приём обучающихся (новичков) при условии наличия вакантных мест, и наличия у обучающегося спортивного разряда соответствующий возрасту (2 или 3 юношеского) по данному виду спорта.

3 модуль (III год обучения):

Оптимальная наполняемость группы – от 7 до 12 человек, основной возраст обучающихся: мальчиков и девочек 10-14 лет. Данная группа формируется на конкурсной основе из обучающихся прошедших необходимую подготовку и выполнивших приемные тест-нормативы по подготовке, установленных федеральным стандартом. В течение учебного года возможен приём обучающихся (новичков) при условии наличия вакантных мест, и наличия у обучающегося спортивного разряда по данному виду спорта (1 или 2 юношеский разряд).