Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ДЗЮДО в общеобразовательной школе»

ГОАУ ДО ЯО ЦДЮ

Ярославская обл, г Ярославль, р-н Дзержинский, пр-кт Дзержинского, д 21

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, предлагается для детей в возрасте от 7 до 13 лет. Программа рассчитана на 2 года. группы формируются 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 – до 14 человек, основной возраст обучающихся: мальчиков и девочек 7-9 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

2 модуль (II год обучения):

Оптимальная наполняемость группы – до 12 человек, основной возраст обучающихся: мальчиков и девочек 9-13 лет. Данная группа формируется на конкурсной основе из обучающихся прошедших необходимую подготовку и выполнивших приемные тест-нормативы по подготовке. 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 данным видам спорта.

Учебно-тренировочный процесс организуется с учётом специфики занятий на небольшой площади, в рамках условий общеобразовательной школы.