

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе
«Святогор»
(ОФП с элементами самозащиты)**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: педагог дополнительного образования Волков Андрей Евгеньевич

Отличительной особенностью данной программы является ее направленность не на достижение высоких спортивных результатов, а на укрепление здоровья детей. Целью программы является формирование у обучающихся навыка самозащиты и развитие качеств, связанных с данным навыком.

Содержательная часть программы составлена на основе пособий по занятиям физкультурой в общеобразовательной школе, пособий по рукопашному бою, наставлений по физической подготовке. При написании методической части использовались издания педагогического характера. В структуру тренировок и методику преподавания вложены авторские идеи педагогического коллектива, который на протяжении нескольких лет осуществлял образовательный процесс по схожим программам.

Актуальность программы базируется на нескольких составляющих. Во-первых, из-за невысокого уровня спортивной подготовки дошкольников в условиях мегаполиса физическое развитие детей и молодежи всегда является приоритетным направлением. Во-вторых, программа охватывает элементы формирования правильного отношения к физическому развитию, в частности, к самозащите, которое не препятствует социализации детей, а помогает им «влиться» в жизнь окружающего общества. В-третьих, программа предполагает развитие обучающихся самозащите, овладение умениями и навыками отстаивания своих интересов, поиска путей бесконфликтного разрешения сложных вопросов. В-четвертых, на тренировках у детей формируются здоровые отношения со сверстниками.

Исходя из актуальности, задачами программы являются: 1) физическое развитие детей; 2) формирование общегражданской позиции в отношении применения силы; 3) овладение начальными знаниями, умениями и навыками в области самозащиты; 4) содействовать формированию устойчивого интереса, воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности.

Программа содержит два цикла: «Подготовительные упражнения», «Принципы самозащиты».