**АННОТАЦИЯ**

**к программе дополнительного образования**

**«Самбо для начинающих»**

Программа дополнительного образования «Самбо для начинающих» предназначена для учащихся 4-11-х классов.

# Программа дополнительного образования «Самбо для начинающих» составлена на основе нормативных документов, регламентирующих работу МАОУ СОШ №3 имени И.К.Серикова, в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», - Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ; приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.10.2015 № 932 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта самбо».

Главное назначение программы:

- формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом, привитие навыков самостоятельного многолетнего физического совершенствования;

* отбор одаренных спортсменов для дальнейшей специализации и прохождения спортивной подготовки по виду спорта;
* ознакомление спортсменов с принципами здорового образа жизни, основами гигиены;
* овладение методами определения уровня физического развития самбиста и корректировки уровня физической готовности;
* получение спортсменами знаний в области самбо, освоение правил и тактики ведения борьбы, изучение истории самбо, опыта мастеров прошлых лет;
* формирование гармонично развитой личности методами физического воспитания на основе знания особенностей спортивной тренировки и методик физической подготовки;
* систематическое повышение мастерства за счёт овладения техническим и тактическим арсеналом во время регулярных тренировочных занятий и спортивных соревнований;
* воспитание морально-волевых качеств, привитие патриотизма и общекультурных ценностей;
* повышение работоспособности юных спортсменов, расширение их физических возможностей, поддержание высокой физической готовности спортсменов высшего мастерства;
* осуществление подготовки всесторонне развитых юных спортсменов высокой квалификации для пополнения сборных команд России, области, города.

Для реализации поставленных целей курса рекомендовано сочетание разных методов обучения – рассказ, показ, практика, учебные схватки, соревнования.

Учебный план предусматривает изучение программы дополнительного образования «Самбо для начинающих» по выбору в 4-11-х классах в объеме 144 часов (2 раза в неделю по 2 часа (36 учебные недель).