

«Борьба начальная»

ДООП «Борьба начальная» физкультурно-спортивной направленности ориентирована на обучение детей 7-11 лет основам греко-римской борьбы и общее физическое развитие учащихся. Реализуется в системе дополнительного образования детей и носит общеразвивающий характер.

Данная программа обеспечивает последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства юных спортсменов, гармоничного развития всех органов и систем организма, воспитания стойкого интереса к занятиям спортом, трудолюбия, обеспечения всесторонней общей и специальной подготовки обучающихся, овладения техникой и тактикой избранного вида спорта, развития физических качеств, создания предпосылок для достижения спортивного результата.

Цель программы - формирование активной жизненной позиции ребенка посредством приобщения его к здоровому образу жизни.

Задачи, решаемые в процессе реализации программы:

Образовательные

- формирование основ ведения единоборств,
- овладение элементами техники и тактики борьбы,
- овладение играми с элементами единоборств.

Развивающие (личностные)

- обеспечение физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности человека для подготовки его к любой общественнополезной деятельности и позволяющей достигнуть совершенства памяти, мышления, любых профессиональных знаний и умений,
- адаптация организма к физическим нагрузкам в процессе тренировки.

Воспитательные

- формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, воспитание осмысленного отношения к ним, как способу самореализации,
- развитие самодисциплины.