

**Описание дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы  
физкультурно-спортивной направленности «Рукопашный бой»  
в автономном общеобразовательном учреждении Вологодской области  
«Образовательный центр - кадетская школа «Корабелы Прионежья»  
имени Героя России Юрия Леонидовича Воробьева**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Рукопашный бой» разработана в соответствии:

- с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);

- с Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- с Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- с Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;

- с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020).

Срок реализации программы – 1 год.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности **обучение элементам самозащита на основе борьбы самбо** - комплекс нормативно-методической документации, регламентирующий содержание, организации и оценку качества подготовки обучающихся.

Основная тенденция программы – «обучающая», заключающаяся в стремлении создать предпосылки для успешного обучения занимающихся технико-тактическому арсеналу, достижения определенного уровня специальной физической подготовленности.

Цель: создание условий для физического воспитания и физического развития обучающихся, получение ими начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе в обучении элементами самозащиты на основе борьбы самбо).

Задачи:

1. Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности.

2. Развитие у занимающихся интереса к занятиям по самозащите.

3. Овладение специальными знаниями, умениями и навыками и их последующее совершенствование, развитие специальных двигательных

качеств: изучение и овладение навыками атакующих и защитных действий и доведение их до уровня автоматизма

### **Ожидаемые результаты освоения модуля**

По завершению освоения программы обучающиеся должны знать:

- различные варианты самостраховки;
- демонстрация базовых элементов: стоек, захватов, передвижений;
- владение техникой самбо из всех основных классификационных групп (бросков, болевых приемов, удержаний).;
- технику безопасности и профилактику травматизма на занятиях борьбой самбо
- выполнить контрольные нормативы.