****

****

**АННОТАЦИЯ**

**НА ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩУЮ ПРОГРАММУ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ПО ТХЭКВОНДО**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по тхэквондо разработана в соответствии с «Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам», и с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Тхэквондо».

**Автор программы:**

Прудников Степан Александрович – тренер-преподаватель по тхэквондо МБУ ДО ДЮСШ № 2 города Крымска.

**Срок реализации** программы: до 3х лет.

Возраст обучающихся: 7-18 лет.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по тхэквондо (далее – Программа) рассчитана для реализации в детско-юношеских спортивных школах. При раз­работке Программы учитывались следующие документы:

* Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации».
* Федеральные государственные требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 13 сентября 2013 г. N 730.
* Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, утвержденные приказом Минспорта России № 325 от 24.10.2012 г.
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
* Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта тхэквондо, утверждённый приказом Минспорта России от 20 марта 2013 г. №123.
* Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по тхэквондо рассчитана на срок реализации до 3х лет обучения.

Цель Программы:

* всестороннее осуществление физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы среди детей, направленной на укрепление их здоровья и всестороннее физическое и личностное развитие, привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка детей к освоению предпрофессиональной программы.

Задачи программы:

* укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма;
* формирование стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, к занятиям тхэквондо;
* обучению жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
* отбор перспективных детей для дальнейших занятий тхэквондо.

**Ожидаемые результаты освоения Программы:**

В результате обучения по программе, учащиеся должны знать:

* основные понятия, термины тхэквондо;
* роль физической культуры и спорта в здоровом образе жизни;
* историю развития тхэквондо;
* правила соревнований в избранном виде спорта.

В результате обучения по программе, учащиеся должны уметь:

* применять правила безопасности на занятиях;
* владеть основами гигиены;
* соблюдать режим дня;
* владеть техникой выполнения приемов, предусмотренных программой.

В результате освоения программы ожидается повышение уровня общей физической подготовленности.

Ссылка на программу: <http://dush2.krymsknet.ru/987-2/>

**Динамика результативность реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта по тхэквондо**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по тхэквондо разработана и утверждена к реализации с 9 января 2019 года.

Программа предназначена для детей и подростков от 7 до 18 лет, которые испытывают потребность в двигательном режиме, но не могут быть зачислены на этап начальной подготовки. Срок реализации программы до 3-х лет.

Спортивно-оздоровительная группа (СОГ) тренера-преподавателя С.А. Прудникова по виду спорта тхэквондо была переведена на обучение по данной программе 9 января 2019 года.

 Несмотря на то, что программа реализовывается всего 3 месяца, динамику результативности реализации программы можно проследить уже сейчас. Заметен небольшой прирост уровня быстроты, выносливости, силы занимающихся тхэквондистов. Для наглядности мы представили график динамики средних силовых и скоростно – силовых показателей у мальчиков и девочек:

Как видно из представленного графика, наибольший прирост наблюдается в тестах, показывающих развитие силовых способностей.

С января 2019 года сохранность состава группы занимающихся составляет 100 %.

Из всего вышеизложенного следует, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по тхэквондо актуальна, эффективна и обоснованно может использоваться тренерами, с целью достижения высоких результатов.