**Аннотация образовательной программы**

**дополнительного образования детей**

**« Восточные единоборства»**

**на 2022-2023 учебный год**

**1. Название программы «Восточные единоборства»**

Возраст обучающихся: 4 - 7 лет

Срок реализации программы: 3 года

Направленность: физкультурно – спортивная

Составитель (разработчик): Смирнов С.С. тренер восточных единоборств

Краткая аннотация программы:

**Цель программы** - совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях c изучениями элементов каратэ.

**Основная задача  программы** – научить каждого ребенка базовым приемам каратэ, используя выработанную двигательную потребность и любимые физические упражнения, виды спорта.

**В ходе программы также решаются задачи:**

1. На основе определения уровня физической подготовленности и состояния здоровья ребенка применять индивидуальный подход в его физическом развитии и выявлении двигательных интересов.
2. Сформировать у ребенка устойчивые навыки самоанализа результатов постановки цели и достижения ее путем физической и духовной работы.
3. Сформировать представление о здоровом образе жизни, выработать устойчивые навыки самостоятельной организации жизнедеятельности, в которой любимый вид спорта станет неотъемлемой частью.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. И этот факт не может не волновать наше общество.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Актуальность программы заключается в исторически сложившихся традициях использования приемов восточных единоборств исключительно в целях самообороны, этическое и нравственное воспитание, неразрывно сопровождающие физическую и технико-тактическую сложившихся традициях использования приемов восточных подготовку спортсменов-каратистов, делают средством физического и морально-волевого воспитания, а также пропаганды здорового образа жизни путем приобщения дошкольников к занятиям физической культурой и спортом.

С этой целью была создана спортивно-оздоровительная секция «Кёкусин-кан каратэ-до России для дошкольников».

Отличительная особенность программы заключается в том, что программный материал распределен по конкретным направлениям. Потому, что если природа наградила ребенка определенными способностями надо помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, природные способности.

Это двигательная программа с элементами спортивной и художественной гимнастики, акробатики и имеет три основных направления, каждое из которых решает свои задачи, а именно:

**СПОРТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ -** решает задачи спортивно – оздоровительной подготовки детей и включает элементы каратэ.

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ –** решает задачи укрепления здоровья воспитанников, поддержании физической и умственной работоспособности и активности. Включает в себя три раздела – приемы каратэ, ритмическая гимнастика, стретчинг – гимнастика.

**РАЗВИВАЮЩЕЕ НАПРАВЛЕНИЕ –** задачами являются раскрытие спортивного потенциала детей, реализация возможностей физических упражнений в интеллектуальном развитии воспитанников.

**Адресат программы:**

Программа предназначена для детей 4-7 лет и направлена на всестороннее развитие личности в процессе индивидуального физического воспитания ребенка на основе его психофизиологических особенностей и природных двигательных задатков.

Набор детей осуществляется по письменному заявлению родителей (законных представителей) и при отсутствии медицинских противопоказаний у ребенка.

**Сроки реализации программы, режим занятий.**

Программа рассчитана на 1 год обучения. Предусмотрено два групповых занятия в неделю.

Продолжительность занятий в соответствии в соответствии с СанПиНом.