

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА  
ИМЕНИ В.А.МУЩЕРОВА Г.ПУГАЧЁВА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

**АННОТАЦИЯ  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«УНИВЕРСАЛЬНЫЙ БОЙ»**

**Универсальный бой** (англ. *Unifight*) — комплексный вид спорта, включающий в себя преодоление полосы препятствий, метание ножей, стрельбу и поединок на ринге или татами.

Данная программа составлена в соответствии с Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Письмом Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242 «О направлении информации» (вкл. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" и имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

**Уровень программы** – базовый.

**Актуальность** программы в том, что она предоставляет возможность учащимся выработать навык самостраховки, освоить приемы универсального боя.

**Цель программы:**

Целью данной образовательной программы по универсальному бою для детей школьного возраста является содействие разностороннему, гармоничному развитию личности.

**Задачи программы:**

Обучающие:

- обучить технике безопасности при занятиях в спортивном зале;
- обучить теоретическим основам и правилам универсального боя;
- познакомить с историей данного вида спорта;
- обучить безопасным приемам выполнения физических упражнений;
- обучить практическим навыкам при выполнении элементов универсального боя;
- обучить приемам контроля физического самочувствия.

Развивающие:

- развить общефизические навыки;
- развить физические качества (силу, ловкость, выносливость и т.д.);

- развить активность и самостоятельность;
- развить культуру поведения, коммуникабельность, социальную адаптацию в среде сверстников.

Воспитательные:

- воспитать волевые качества, такие как собранность, настойчивость;
- воспитать чувство уважения к окружающим, умение общаться со взрослыми и своими сверстниками;
- выработать стремление к достижению высоких спортивных результатов.

**Данная программа рассчитана для учащихся от 6 – 18 лет.**

**Наполняемость групп:** 12 - 25 человек.

**Форма и режим занятий.**

Срок реализации программы 46 недель (276 часов).

В занятиях по универсальному бою используется групповая форма деятельности. Основной формой работы являются практические и теоретические занятия.

Занятия проводятся в очной форме три раза в неделю по 2 академических часа.

Отдельные разделы Программы могут реализовываться с применением информационных и телекоммуникационных технологий при опосредованном (на расстоянии) или частично опосредованном взаимодействии обучающегося и педагогического работника, которые обеспечивают интерактивное взаимодействие удаленных участников через открытые каналы доступа (прежде всего Интернет).

Формами технологий дистанционного обучения являются интернет-уроки, вебинары, on-line-задания, skype-общение, отправка заданий по электронной почте, облачные сервисы и др.

**Планируемый результат.**

**Метапредметные результаты:** учащиеся научатся

- планировать свою деятельность под руководством тренера-преподавателя;
- сравнивать полученные результаты с ожидаемыми результатами;
- участвовать в совместной деятельности.

**Личностные результаты:** учащиеся усвоят

- социальные нормы и правила поведения;
- правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях;

**Предметные результаты:**

Учащиеся научатся:

- базовой технике универсального боя.

- технике выполнения упражнений на развитие гибкости, подвижности в суставах и ловкости.

Учащиеся узнают:

- технику самостраховки;
- историю развития универсального боя;
- о способах закаливания организма.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МАУДО "СШ Г.ПУГАЧЁВА",** МАМЫКИН ВАЛЕРИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ, ДИРЕКТОР    **12.09.23** 13:50 (MSK)    Сертификат 0192708D00FFAFB2A6445B2D13655BEBFC