**Аннотация**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей разноуровневой программе «Каратэ. Подготовительная ступень»**

**Разработчики программы**: Бельц Виктор Эрнестович, Сумина Ольга Вячеславовна, Веснин Евгений Викторович, Канбекова Марина Фаритовна

педагоги дополнительного образования

Направленность: физкультурно-спортивная

Тип программы: авторская

Срок реализации программы 3 года

Программа рассчитана на детей 5 - 7 лет

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Каратэ. Подготовительная ступень» является первой ступенью комплексной общеразвивающей разноуровневой образовательной программы физкультурно-спортивной направленности Школы каратэ «Орион». Комплекс образовательных программ Школы каратэ «Орион» разработан авторским коллективом педагогов для решения задач спортивной подготовки (теоретическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психическая подготовка, интегральная подготовка), разработана программа воспитания и личностного становления детей и подростков 3-18 лет средствами каратэ. Программа ежегодно корректируется с учётом изменяющихся социально-образовательных условий и нормативно-правовой базы организации дополнительного образования.

Программа «***Каратэ. Подготовительная ступень***» рассчитана на работу с детьми 5-7 лет, ранее не занимавшихся в спортивных секциях по направлению каратэ. Данная программа является подготовительной к последующим — «*Самопознание»* и «*Спортивное совершенствование*». Каждая последующая программа является продолжением обучения и предполагает рост ребёнка как спортсмена, судьи, наставника, тренера по виду спорта каратэ, волонтера, общественного деятеля. Распределение детей на группы и определение уровня освоения программы осуществляется при переходе на следующую программу по результатам аттестации по итогам года (см. Приложение 2).

**Программа включает следующие разделы:**

1. **Техника выполнения физических упражнений**
2. **Развитие общих физических качеств**
3. **Развитие специальных физических качеств**
4. **Рейги – этикет каратэ**
5. **Навыки анализа и самоанализа**

**Ведущие формы и методы организации образовательной деятельности**:

**Методы спортивной подготовки**: повторный; игровой; соревновательный; темповой, переменный; контрольный; круговой; интегральный.

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический, эвристический.

**Ведущие формы организации занятий**: учебно-тренировочное занятие, тренинг, бинарное занятие

**Входная диагностика**: собеседование, сдача контрольных нормативов

**Промежуточная аттестация:** сюжетно-ролевая игра; сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

**Аттестация по итогам года**: сюжетно-ролевая игра; сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

**Текущий мониторинг**: социометрия, наблюдение.