

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЗАПОЛНЕНИЮ МОДУЛЯ «ПРОГРАММЫ»

Вкладка (этап заполнения)	Рекомендации
«Восточное боевое единоборство сётокан»	Восточное боевое единоборство сётокан
Публичное наименование	Восточное боевое единоборство сётокан
Описание программы	<p>Восточное боевое единоборство – одно из наиболее массовых увлечений среди детей и подростков. При своей популярности восточные боевые единоборства являются важным фактором в снижении криминальной безопасности. Занятия восточными боевыми единоборствами помогают детям и подросткам лучше адаптироваться в коллективе, укрепляют нервную систему, делают ребёнка физически сильным и выносливым. Кроме того, дети легче переносят болезни и быстрее выздоравливают. Значимость восточных боевых единоборств предельно высока -это всестороннее физическое развитие и военно-прикладная подготовка учащихся.</p>
Содержание программы	<p>Программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, освоения материала по всесторонней физической подготовке в соответствии с возрастом занимающихся.</p> <p>В процессе тренировки юных спортсменов вместо подготовительной части занятия проводится разминка – комплекс специально подобранных физических упражнений, выполняемых спортсменом с целью подготовки организма к предстоящей деятельности.</p> <p>Решение наиболее сложных задач занятия осуществляется в основной части, которая</p>

	характеризуется наибольшей физиологической и психической нагрузкой, достигающей уровня, необходимого для решения задач совершенствования всех сторон подготовленности юного спортсмена.
Цель программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать потребности в здоровом образе жизни; 2. Осуществлять гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения, в соответствии с индивидуальными способностями занимающихся; 3. Способствовать физическому совершенствованию и подготовке высококвалифицированных спортсменов, способных достойно защищать честь России на международной спортивной арене.

Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Повышение уровня общей и специальной физической подготовки с преимущественным совершенствованием двигательных качеств, наиболее важных для борцов ВБЕ Сетокан; 2. Прочное освоение современной техники ВБЕ Сетокан и умение, ее эффективно применять в соревновательной деятельности; овладение индивидуальными тактическими действиями; 3. Приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни, рост личностного развития ребёнка, умение ребёнком оценивать свои достижения.
Особые условия	<p>Врачебный контроль за юными спортсменами предусматривает: углубленное медицинское обследование (2 раза в год); медицинское обследование перед соревнованиями; врачебно-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий.</p>

<p>Материально-техническая база</p>	<ul style="list-style-type: none"> - спортивный зал - гантели обычные и разнообразные - шведская стенка - татами
<p>Преподаватели</p>	<p>Тренер Зайцев Алексей Геннадьевич</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мастер спорта России - Неоднократный Чемпион Мира и Европы
<p>Обложка</p>	<p>Фото/картинка, соответствующие содержанию/сути программы. Не размещаем титульный лист программы, фото с текстом, засвеченные/размытые фото, фото с неудачным фоном, фото, где на первом плане спины детей.</p>
<p>Расписание</p>	<p>Достаточно внести одну группу и указать объем занятий, фактически соответствующий указанному в программе: 72 часа/36 недель – 2 часа в неделю. Для предпрофильных программ добавляем не группы, а классы.</p>

В каждом разделе первое слово должно начинаться с заглавной буквы. Не допускается использование заглавных букв в целом слове или предложении. После размещения программы на портале она автоматически переводится в статус «Модерация», модерация программ осуществляется в хронологическом порядке. Статус «Ожидает правки» программе присваивается модератором при внесении комментариев в «Чат модерации» (при необходимости внесения изменений в разделы программы).