

Аннотация к рабочей программе по виду спорта
«тхэквондо ИТФ»
для этапа начальной подготовки

Рабочие программы тренеров-преподавателей для этапа начальной подготовки (далее рабочая программа) разработаны на основе дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «тхэквондо ИТФ», реализуемой в МБУДО «КСШ».

Основные задачи рабочей программы:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- изучение истории возникновения и развития тхэквондо ИТФ в России и в мире;
- овладение начальными представлениями о терминологии, классификации упражнений, основах техники тхэквондо ИТФ;
- гармоничное физическое развитие обучающихся с учетом возрастных особенностей, раскрытие их индивидуальных особенностей, развитие воли, мужества, патриотизма и высокого уровня социальной активности.

Выполнение задач рабочей программы предусматривает: систематическое проведение практических и теоретических занятий; обязательное выполнение учебного плана, переводных контрольных нормативов (промежуточная аттестация); участие в соревнованиях; осуществление восстановительно-профилактических мероприятий; просмотр учебных фильмов, видеозаписей.

Основные формы учебно-тренировочного процесса:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- контрольные испытания;
- самостоятельная подготовка;
- Дополнительные формы учебно-тренировочного процесса:
- показательные выступления;
- участие в спортивно-массовых мероприятиях (соревнования, эстафеты, игры, конкурсы, викторины и др.)
- Формы промежуточной аттестации обучающихся:
- прохождение практических контрольных испытаний по ОФП и СФП.
- Результатом прохождения спортивной подготовки на этапе начальной подготовки является:
- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в т.ч. о тхэквондо ИТФ;
- укрепление здоровья обучающегося;
- привитие навыков здорового образа жизни;
- формирование двигательных умений и навыков, в т.ч. в виде спорта тхэквондо ИТФ;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- участие в официальных спортивных соревнованиях;
- освоение основ техники по виду спорта «тхэквондо ИТФ»;
- общие представления об антидопинговых правилах;
- выполнение требований, необходимых для дальнейшего прохождения спортивной подготовки на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).

Структура рабочей программы тренера-преподавателя:

- I. Титульный лист;
- II. Пояснительная записка;
- III. Нормативно-методические инструментарины учебно-тренировочного процесса;
- IV. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности отдельного этапа спортивной подготовки;

Содержание рабочей программы тренера-преподавателя:

- I. Титульный лист (на бланке Учреждения):
 - 1.1. Гриф согласования с руководителем Учреждения;
 - 1.2. Название рабочей программы тренера-преподавателя, фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя, реализуемый этап спортивной подготовки, год обучения, срок реализации;
- II. Пояснительная записка:
 - 2.1. Цель и задачи этапа спортивной подготовки;
 - 2.2. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки;
- III. Нормативно-методические инструментарины учебно-тренировочного процесса:
 - 3.1. Годовой учебно-тренировочный план спортивной подготовки (для реализуемых этапов);
 - 3.2. План по месяцам;
- VI. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки.

Реализация рабочей программы обеспечивается тренерами-преподавателями МБУДО «КСШ», имеющими профессиональное образование и квалификационную категорию.