

Городской округ Ханты-Мансийск  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПЕРСПЕКТИВА»  
(МБУДО «ЦДО «ПЕРСПЕКТИВА»)**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБУДО «ЦДО «Перспектива»  
\_\_\_\_\_ И.Н.Шишкина  
Приказ № 55/1  
от «04» сентября 2020 г.

Рабочая программа на 2020 – 2021 учебный год  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
физкультурно-спортивной направленности  
«Вольная борьба»  
Возраст обучающихся: 14-17 лет  
Год обучения – четвертый  
Группы: 4 «А»

Автор-составитель  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Вольная борьба»:  
Зитляжев Арсен Хусинович,  
Магомедов Абдулбасир Абдукаримович  
педагог дополнительного образования

Педагог реализующий  
дополнительную общеобразовательную  
общеразвивающую программу «Вольная борьба»:  
Зитляжев Арсен Хусинович,  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Вольная борьба» физкультурно-спортивная.

Тип программы: модифицированная.

Вид деятельности: вольная борьба.

Возраст обучающихся: 14-17 лет.

Год обучения – четвертый.

Группы: 4 «А».

Уровень сложности – «Базовый уровень».

Особенности обучения:

Группа	Количество учебных часов по программе	Количество учебных недель	Количество занятий всего	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятий	Количество академических часов в неделю
4 «А»	204	34	102	3	2академических часа по 40 мин.	6

Группа	Дата первого занятия	Дата последнего занятия	Дни недели занятий по расписанию
4 «А»	08.09.2020	13.05.2021	Вторник Четверг Воскресенье

**Цель программы:** физическое развитие ребенка посредством занятий вольной борьбой.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- формирование навыков ведения схватки.

**Развивающие:**

- развитие основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, координацию.

**Воспитательные:**

- воспитание культуры общения и взаимодействия в учебной и игровой деятельности.

### Планируемые результаты на текущий учебный год

Планируемые результаты согласно поставленным задачам	Способы определения результативности	Этапы контроля: Период контроля
<b>После четвертого года обучения</b>		
Воспитание культуры общения и взаимодействия в соревновательной учебной и игровой деятельности	Текущее наблюдение	Текущее контроль
Сформированы базовые навыки ведения тренировочной схватки	Выполнение контрольных заданий	Промежуточная аттестация, итоговая аттестация
Развитие основных физических качеств: силу, быстроту, выносливость, координацию	Выполнение нормативов	Промежуточная аттестация, итоговая аттестация