

## Аннотация к рабочей программе по рукопашному бою

Рабочие программы спортивно-оздоровительной направленности по рукопашному бою составлены в соответствии с «Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

Рабочие программы разработаны заместителем директора, тренером-преподавателем по рукопашному бою, инструкторами-методистами МАУ ДО «СШ «Красная Горка»

Программы включают разделы: пояснительную записку; этапы обучения; содержание учебного материала программы по рукопашному бою; требования к уровню подготовки учащихся на каждом этапе обучения; годовой план-график распределение учебного материала по этапам обучения; календарный учебный график, контрольные нормативы; формы и средства контроля; перечень учебно-методических средств обучения.

В рабочих программах учебный материал представлен в разделах, отражающих следующие виды подготовки: Теоретическая подготовка, Общая физическая подготовка, Специальная физическая подготовка, Техничко – тактическая подготовка, Контрольные нормативы, Медицинский контроль.

Представлены нормативы по Теоретическая подготовка, Общая физическая подготовка, Специальная физическая подготовка, Техничко – тактическая подготовка, Контрольные нормативы, Медицинский контроль.

Представлен список материально-технического оснащения учебно-тренировочного процесса.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях.

Контроль за освоением курса обучения по программам отслеживается следующим образом:

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе;
- нормативные требования по общей физической и специальной подготовке;
- контрольное тестирование проводится три раза в год (сентябрь, январь, май);

- участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда.