

## **Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа "Витязь"**

Программа направлена на развитие физических качеств ребенка (выносливости, силы, ловкости), приобщение к здоровому образу жизни и занятиям физической культуры через обучение искусству самбо.

Цель программы - создание условий для гармоничного развития личности детей средствами боевого самбо; умение правильно выполнять боевые приемы, соблюдать правила безопасности при проведении схваток.

Результат освоения программы

- Знание техники безопасности и правил поведения на занятиях и соревнованиях по боевому самбо.
- Знание основ технических действий и приемов боевого самбо.
- Развитие физических качеств и двигательных умений.
- Овладение арсеналом двигательных действий в боевом самбо.
- Воспитание культуры здорового образа жизни.